ప్రజాశక్తి
శనివారం 1 జులై 2023 8 పేజీలు
ప్రకాశం బాపట్ల

అమ్మ ఒడి అందిందెవరికి?

- ఖాతాల్లో డబ్బులు పడక చాలామంది ఎదురుచూపులు
- పలు కారణాలతో కోతలు పెట్టిన ప్రభుత్వం..

ప్రజాశక్తి-ఒంగోలు బ్యూరో

అమ్మ ఒడి పథకంలో తల్లుల ఖాతాల్లోకి డబ్బులు వేసేందుకు సిఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మూడు రోజుల క్రితం బటన్ నొక్కారు. అందరూ ఆ క్షణం నుంచే బ్యాంకు ఖాతాలను తనిఖీ చేసుకోవడం ఆరంభించారు. కొందరికి గంటలోనే ఖాతాల్లో పడ్డాయి. మరికొందరికి సాయంత్రానికి.. ఇంకొందరికి మరుసటి రోజునా పడ్డాయి. మూడు రోజులు గడిచినా చాలా మందికి ఖాతాల్లో డబ్బులు పడలేదు. ఏం జరిగిందబ్బా.! అనుకుంటున్నారు. గంటకోసారి సెల్‌ఫోనులో తనిఖీ చేసుకోవడం.. పడకపోవడంతో నిరాశ చెందడం కొందరి వంతయింది. వాస్తవం ఇదీ. చాలా మందికి ఖాతాల్లో నగదు జమ కాలేదు. కోతలు పెట్టారు. కారణాలు తెలియడం లేదు. సిఎం జగన్ బటన్ నొక్కగానే నేరుగా ఖాతాల్లో పడతాయి. ఆర్థిక నిర్వహణలో కొత్త పద్ధతులు వచ్చాయి. నేరుగా బ్యాంకుల ద్వారా ఖాతాదారులకు నగదు వస్తుంది. ఎవరికి పడ్డాయి? ఎవరికి పడలేదనే సమాచారం కూడా ఇక్కడ అధికారుల వద్ద అందుబాటులో లేదు. మాకు ఎందుకు డబ్బులు పడలేదని కలెక్టర్‌ను అడిగినా సమాధానం లేదు. నేరుగా ప్రభుత్వం నుంచే పడతాయని చెప్పడం తప్ప ఇక్కడ స్పష్టత ఉండదు. దొరకదు కూడా.. అధికారులను అడిగినా ఇదే సమాధానం చెబుతారు. గతేడాది అందిన లబ్ధిదారులకు ఈ ఏడాది అందలేదు. ఏదోరకంగా ▶ 3లో

ఒంగోలులో ధర్నానుద్దేశించి మాట్లాడుతున్న సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి హనీఫ్

విద్యుత్ అదనపు ఛార్జీలను రద్దు చేయాలి

కలెక్టరేట్ వద్ద వామపక్షాల ఆధ్వర్యంలో ధర్నా

3లో

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
Ongole CHILDREN'S Hospital
ఒంగోలు పిల్లల హాస్పిటల్
అంజయ్య రోడ్,ఒంగోలు
డా॥ వై.యస్.ఆర్. ఆరోగ్యశ్రీ మరియు
రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు ESI సౌకర్యం కలదు
అన్ని రకముల ప్రైవేట్ ఇన్సూరెన్స్ ల సౌకర్యం కలదు
కార్పోరేట్ స్థాయి అత్యుత్తమ వైద్యసేవలు
అతి తక్కువ ఖర్చుతో మన ఒంగోలు పిల్లల హాస్పిటల్ లో అందించబడును
డాక్టర్ అంటే ధైర్యం.... డాక్టర్ అంటే దైవం
డాక్టర్ అంటే ఆయువు.... డాక్టర్ అంటే సైన్యం
హ్యాపి డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
ఒంగోలు పిల్లల హాస్పిటల్ యాజమాన్యం మరియు సిబ్బంది
డాక్టర్.జి.మృదుల
MBBS,DNB - Pediatrics
Fellowship in Neonatology (UK)
Regd. No : 96986
పురిటి పిల్లల మరియు చిన్న పిల్లల వైద్య నిపుణులు

వైద్యులందరికీ... జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు
KIMS HOSPITALS™
1st July 2023
ఎమర్జన్సీ కేసులు 24/7 అన్ని వేళల చూడబడును.
క్లినికల్ స్పెషాలిటీస్
• యాక్సిడెంట్ & ఎమర్జెన్సీ
• కార్డియాలజీ
• కార్డియోథొరాసిక్ వాస్క్యులర్ సర్జరీ
• గ్యాస్ట్రో ఎంటరాలజీ
• నెఫ్రాలజీ
• న్యూరాలజీ
• న్యూరో సర్జరీ
• యూరాలజీ
• షుగర్, థైరాయిడ్, హార్మోన్ల స్పెషాల్టి (ఎండోక్రినాలజీ)
• వాస్క్యులర్ సర్జరీ
• పీడియాట్రిక్ కార్డియాలజీ
• పీడియాట్రిక్ సర్జరీ
• పీడియాట్రిక్స్
• నియోనెటాలజీ
• జనరల్ సర్జరీ మరియు సర్జికల్ గాస్ట్రో ఎంటరాలజీ
• జనరల్ మెడిసన్ మరియు డయాబెటాలజీ
• గైనకాలజీ మరియు అబ్స్టెట్రిక్స్
• నవజాత మరియు చిన్న పిల్లల విభాగము
• రుమటాజీ
• ఆర్థోపెడిక్స్ మరియు జాయింట్ రిప్లేస్‌మెంట్ సర్జరీ
• ఆర్థోపెడిక్స్ - ట్రామా, ఆర్థోప్లాస్టీ & ఆర్థోస్కోపి
• సైకియాట్రీ & క్లినికల్ సైకియాట్రీ
• ఇ.యన్.టి
• పల్మనాలజీ
• ఆప్తల్మాలజీ
• సైకియాట్రీ
• డెంటల్
• పాథాలజీ
• ఇంటెన్సివ్‌కేర్
• ఫిజియోథెరపీ
• ప్లాస్టిక్ సర్జరీ
• రేడియాలజీ
• న్యూట్రిషన్ & డైటటిక్స్
• ల్యాబోరేటరీ & బ్లడ్ బ్యాంక్
EHS ద్వారా స్టేట్ గవర్నమెంట్ ఉద్యోగులకు వైద్య సదుపాయాలు
డా॥ వైయస్సార్ ఆరోగ్య శ్రీ వైద్య సదుపాయాలు
ESIC Super Speciality వైద్య సదుపాయాలు
ఆరోగ్య భద్రత ఏ.పి. పోలీస్ ఉద్యోగులకు వైద్య సదుపాయాలు
AP TRANSCO ఉద్యోగులకు వైద్య సదుపాయాలు
APSPDCL ఉద్యోగులకు వైద్య సదుపాయాలు
అన్ని ఆరోగ్య బీమా కార్డులు అంగీకరించబడును
www.kimshospitals.com
వివరముల కొరకు
08592 667788 / 888 666 7917 / 19
Krishna Institute of Medical Sciences Ltd.
4-120/A, North Bypass Road, NH-5, Backside Agriculture, Market Yard,
Mukthinuthalapadu (V), Ongole, Prakasham Dist,, Ongole - 523001, Andhra Pradesh, India.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
డా॥ బెతూన్ నర్సింగ్ హోమ్
(రంగారావు హాస్పిటల్) మంగమూరు రోడ్, ఒంగోలు ఫోన్: 08592-233647
గమనిక: ప్రతి నెల 3వ శుక్రవారం పేద గర్భిణీ స్త్రీలకు ఉచిత వైద్య సేవలు అందించబడును.
బెతూన్ అంటే మీకు తెలుసు. నిజాయితీ - నైపుణ్యం - నాణ్యత - నమ్మకం
24/7 SERVICE
Urology: Endo Urology, Reconstructive Surgery, Andrology, Laser Surgery, Lap Urology
Obstetrics & Gynaecology: Women's Health, Pregnancy, Advanced Laparscopy, Hysteroscopy
Orthopaedics: Accidents & Emergency, Joint Replacement, Sports Medicine, Arthroscopy (Key Hole Surgery), Rheumatology
Fertlility Centre: Male/ Female infertility, Test Tube Baby, Stem Cell Therapy, IUI/IVF/ICSI
డా.టి.పురుషోత్తమరావు — M.S (Gen. Surgery),M. Ch. (Urology) — మూత్రవ్యాధుల నిపుణులు
డా.ఎన్.ఉదయిని — M.D.,(Gyn&Obs) — స్త్రీల మరియు ప్రసూతి వైద్య నిపుణులు
డా.యస్. సందీప్ ప్రకాష్ — M.S (Ortho), DNB (Ortho), M. Ch(Ortho)-UK — ఎముకలు, కీళ్ళ వ్యాధుల నిపుణులు
డా.తరిగోపుల స్వాతి — M.S (OBG), MRCOG (UK), FMAS, FMIS, FRM — లాపరోస్కోపి. సంతాన సాఫల్య వైద్య నిపుణులు

పేదల సంక్షేమమే ధ్యేయం : వరికూటి

శింగరాయకొండ : పేదల సంక్షేమమే ముఖ్యమంత్రి జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ధ్యేయమని వైసిపి కొండపి నియోజక వర్గ ఇన్‌ఛార్జి వరికుటి అశోక్‌బాబు తెలిపారు. స్థానిక వైసిపి కార్యాలయంలో జగనన్న సురక్ష పథకంపై శుక్రవారం విలేకర్ల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అశోక్‌బాబు మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి నాలుగు సంవత్సరాలుగా పేదలకు 99 శాతం పథకాలను అందించి అండగా నిలిచినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపిపి కట్టా శోభారాణి, వైస్ ఎంపిపి సామంతుల రవికుమార్‌రెడ్డి, వైసిపి నాయకులు చింతపల్లి హరిబాబు, షేక్ సలీం, బాషా, షేక్ పటేల్, పఠాన్ రియాజ్, సేలం రమణయ్య, ఎస్‌కె.అబ్దుల్లా, ఆనంద్, ముల్లపూడి సత్యనారాయణ, షేక్‌కరీం, రాజు, వెంకటేశ్వర్‌రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

సమస్యలపై కౌన్సిలర్ల ఏకరువు

ప్రజాశక్తి-మార్కాపురం

మున్సిపాలిటీలోని సమస్యలపై పలువురు కౌన్సిలర్లు ఏకరువు పెట్టారు. స్థానిక శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు మున్సిపల్ కౌన్సిల్ హాలులో మున్సిపల్ కౌన్సిల్ సమావేశం మున్సిపల్ చైర్మన్ చిర్లంచెర్ల బాలమురళీ కృష్ణ అధ్యక్షతన శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రతిపక్ష టిడిపికి చెందిన 33వ వార్డు కౌన్సిలర్ నాలి కొండయ్య సమస్యలు ప్రస్తావించారు. సాగర్ నీరు 13 రోజులకు ఒకసారి కూడా సరఫరా కావడం లేదన్నారు. తాగునీటి సమస్య తీవ్రంగా ఉందని మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ షేక్ ఇస్మాయిల్ కూడా వాపోయారు. నీటి శుద్ధి కోసం చర్యలు తీసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. మున్సిపల్ చైర్మన్ చిర్లంచెర్ల బాలమురళీకృష్ణ మాట్లాడుతూ సాగర్ పైప్‌లైన్ తరచూ పగిలిపోతోందని, దాని కారణంగా నీటి సరఫరాలో జాప్యం జరుగుతోందన్నారు. వీలైనంత వరకు తాగునీటి సమస్య లేకుండా చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ షేక్ ఇస్మాయిల్ మాట్లాడుతూ జగనన్న సురక్ష పథకంలో అర్హులకు అవకాశం ఉంటుందన్నారు. 27వ వార్డు కౌన్సిలర్ కశ్శెట్టి నగేష్‌కుమార్ మాట్లాడుతూ పంచాయతీరాజ్ కార్యాలయం వెనుక గల మురుగు కాలువ శుభ్రం చేయక నాలుగు నెలలు దాటిందన్నారు. ఆ కంపు స్థానికులు భరించలేకున్నారన్నారు. పారిశుధ్యంపై నిత్యం దృష్టి సారించాలన్నారు. 5వ వార్డు కౌన్సిలర్ మంగమూరి శ్రీనివాసులు తమకు మాట్లాడే అవకాశం కూడా ఇవ్వడం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. నాగులవరం రోడ్డులో ఎస్సీలకు సంబంధించిన శ్మశాన వాటిక అభివృద్ధి గురించి పట్టించుకోవడం లేదన్నారు. ఈ సమావేశంలో కో ఆప్షన్ సభ్యులు గుంటక వనజాక్షి చెన్నారెడ్డి, పఠాన్ అమీరుల్లాఖాన్, సయ్యద్ ఆబిదా ఖాశిం, కౌన్సిలర్లు, ఇన్‌చార్జి కమిషనర్ షేక్ సుభానీ, మేనేజర్ సిహెచ్.శ్రీనివాసన్, పాల్గొన్నారు.

మాట్లాడుతున్న మున్సిపల్ చైర్మన్

'108'లో మహిళ ప్రసవం

ప్రజాశక్తి-పెద్దదోర్నాల

మండల పరిధిలోని బంధన్ భావి ఎస్‌టి కాలనీకి చెందిన దాసరి లింగమ్మకు శుక్రవారం పురిటి నొప్పులు వచ్చాయి. ఆరోగ్య కార్యకర్త 108 వాహన సిబ్బందికి సమాచారం అందించింది. స్పందించిన 108 సిబ్బంది బంధన్‌బావి సెంటర్‌కు వచ్చి లింగమ్మను 108 వాహనంలో వైద్యశాలకు తరలిస్తుండగా మార్గమధ్యలోనే ఆమె ఆడ శిశువును ప్రసవించింది.

టిడిపి జిల్లా అధికార ప్రతినిధిగా హరికృష్ణ

వెలిగండ్ల : టిడిపి జిల్లా అధికార ప్రతినిధిగా వెలిగండ్ల మండలం ఇమ్మడి చెరువు గ్రామానికి చెందిన గవదగట్ల హరికష్ణ నియమితులయ్యారు. ఈ మేరకు టిడిపి ఒంగోలు పార్లమెంట్ అధ్యక్షుడు నూకసాని బాలాజీ హరికృష్ణకు నియావకపు పత్రం అందజేశారు. హరికష్ణ టిడిపి కనిగిరి ఇన్‌ఛార్జి డాక్టర్ ముక్కు ఉగ్ర నరసింహారెడ్డిని శుక్రవారం మర్యాద పూర్వకంగా కలిసి కతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా టిడిపి నాయకులు దొడ్డ వెంకటసుబ్బారెడ్డి, వెలిగండ్ల మండల టిడిపి ప్రధాన కార్యదర్శి గోనా ప్రతాప్ తదితరులు హరికష్ణను అభినందించారు.

మహారాజశ్రీ పర్చూరు సీనియర్ సివిల్ జడ్జ్ వారి కోర్టులో
I.P. 4/2021

Between:-
M/s శ్రీ సాయి శ్రీనివాస ఏజెన్సీస్, ఇదుపులపాడు
Rep. by. Prop. అంబటి కిరణ్మయి ...పిటీషనరు
Vs
బట్టు పోతురాజు వగైరాలు ...రెస్పాండెంట్స్
To,
R2. బట్టు సాయిప్రియాంకా,
D/o. బట్టు పోతురాజు,
R3. బట్టు హేమంత్, S/o. బట్టు పోతురాజు,
R4. బట్టు రాజేష్ , S/o బట్టు పోతురాజు.
పై వారు R/o ఇదుపులపాడు గ్రామం, ఇంకొల్లు మండలం, పర్చూరు D.M.C, ప్రకాశం జిల్లా (ప్రస్తుత బాపట్ల జిల్లా)

పై కోర్టు నందు పిటిషనర్ పిటిషను పరిహారం నిమిత్తం మీపై దాఖలు చేయగా సదరు పిటిషను నందు మీ హాజరు నిమిత్తం వాయిదా ది.21.07.2023 కావున మీరు పై కోర్టు వారి యెదుట వాయిదా తేదీ.21.07.2023న ఉదయం గం.10.30 ని.కు స్వయంగా కానీ వకీలు ద్వారా కానీ హాజరు అయి మీ ఆక్షేపణలు తెలుపుకొనవలెను. లేని యెడల మీ పరోక్షమున వ్యవహారం తీర్మానం చేయబడునని ఇందు మూలంగా తెలియచేయటమైనది.
వాయిదా తేదీ: 21.07.2023.
పర్చూరు
తేదీ:- 29.06. 2023
(కోర్ట్ వారి ఉత్తర్వుల మేరకు)
ఇట్లు
పోతిని సురేంద్ర,
పిటిషనరు తరపు అడ్వకేట్,
పర్చూరు.

జగనన్న కాలనీ స్థలాన్ని మార్పుచేయాలని వినతి

టంగుటూరు : మండల పరిధిలోని జయవరం గ్రామంలో జగనన్న కాలనీ లేఅవుట్‌కు కేటాయించి స్థలాన్ని మార్పు చేసి నివాసయోగ్యమైన ప్రాంతంలో స్థలాన్ని కేటాయించాలని సర్పంచి మల్లవరపు పేరమ్మ విజ్ఞప్తి చేశారు. జయవరం గ్రామంలో హౌసింగ్ డే నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్పెషల్ ఆఫీసర్‌కు గ్రామస్తులు ఈ మేరకు వినతి పత్రం సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచి పేరమ్మ, వైసిపి సోషల్ మీడియా జిల్లా కో కన్వీనర్ మేదరమెట్ల భరత్‌రెడ్డి మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం కేటాయించిన స్థలంలోనే గతంలో గ్రామస్తులు ఉన్నట్లు తెలిపారు. అది నివాస యోగ్యం కాకపోవడంతో అందరూ ఖాళీ చేసి ఇతర ప్రాంతానికి వచ్చినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇఒపిఆర్‌డి నర్రా జగదీష్‌బాబు, పంచాయతీ కార్యదర్శి తోట వసుధ, వాలంటీర్లు పాల్గొన్నారు.

పేదల సంక్షేమమే ధ్యేయం : మంత్రి

ప్రజాశక్తి-త్రిపురాంతకం

పేదల సంక్షేమమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ధ్యేయమని మంత్రి డాక్టర్ ఆదిమూలపు సురేష్ తెలిపారు. మండల పరిధిలోని దూపాడు గ్రామంలో గడప గడపకూ మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమం శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి ఇంటింటికి తిరిగి సంక్షేమ సంక్షేమ పథకాల గురించి ప్రజలకు వివరించారు. అనంతరం మంత్రి సురేష్ మాట్లాడుతూ ఎన్నికల మేనిఫెస్టోలో ఇచ్చిన హామీల్లో 99 శాతానికి పైగా నెరవేర్చిన ఘనత సిఎం జగన్మోహన్‌రెడ్డికే దక్కుతుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపిపి కోట్ల సుబ్బారెడ్డి, జడ్‌పిటిసి మాకం జాన్‌పాల్, వైసిపి మండల కన్వీనర్ సింగారెడ్డి పోలిరెడ్డి, త్రిపురాంతకం సర్పంచి పొన్నా వెంకటలక్ష్మి, దూపాడు సర్పంచి ఎనిబెర శైలజ, వివిధ శాఖల అధికారులు, సచివాలయ ఉద్యోగులు, వాలంటీర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గడప గడపకూలో మంత్రి సురేష్

MARKAPUR MUNICIPALITY
e-procurement tender notice Ro.c. No.76-2022-E1, Dt: 26-06-2023

NIT. No. 42/2023-24 to 58/2023-24 (seventeen works only)
General Founds, CMDF (2022-23) & 15th FC Grant (2020-21 1st & 2nd Installment) -Rs: 132.8012 lakhs
Further details can be scen at 'e' procurement Market place in www.apeprour-ment .gov.in. officer inviting bids Commissioner, Markapur Municipality, Markapur, Andhra Pradesh.
Ph: 9704111535

Sd/-xxxxxxxx
COMMISSIONER
Markapur Municipality

దావాసమను
అండర్ ఆర్డరు 5 రూల్స్ 1 అండ్ 5 ఆఫ్ సి.పి.సి.
కనిగిరి జూనియర్ సివిల్ జడ్జి వారి కోర్టులో
ఓ.ఎస్.నెం. 267-2022
బరిగే చినబాలగురవయ్య ...వాది
అలియాస్ గురవయ్య
మండ్లా కనకమ్మ ...ప్రతివాది
మండ్లా శ్రీనివాసరావు
టు.
డి2; మండ్లా శ్రీనివాసరావు తండ్రి సుబ్బయ్య లేట్, హిందువు, వయస్సు 46 సంవత్సరాలు, వ్యాపారం. సాకిన్; హౌస్‌నెం 9-1010-1బి, బిసి కాలనీ, కనిగిరి టౌన్ అండ్ మున్సిపాలిటీ, ప్రకాశం జిల్లాగారికి.

పై నంబరు దావా పరిహారములు పొందగోరి మీపైన దావా దాఖలుచేసియున్నారు గనుక మీకు ఆక్షేపణలున్నచో తేది: 25-07-2023న పగలు 10-30గంలకు పైకోర్టువారి ఎదుట మీరు స్వయంగా గానీ, ప్లీడరు ద్వారా గానీ హాజరై తెల్పుకొనేది. లేనిచో మీ పరోక్షమందు వాజ్యమును విమర్శచేసి తీర్మానించ బడునని తెల్పుకొనేది.
(బై ఆర్డర్ ఆఫ్ కోర్ట్)
వాయిదా తేది 25-07-2023
కనిగిరి,
తేది 01-07-2023
ఇట్లు
యనమల శ్రీకాంత్‌రెడ్డి, బిఏ,బిఎల్
అచ్చాల ఆదినరసారెడ్డి, ఎంఏ,ఎల్ఎల్‌బి
వాది తరుపు అడ్వకేట్స్
కనిగిరి- ప్రకాశం జిల్లా

మహారాజశ్రీ గిద్దలూరు ప్రిన్సిపల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జి వారి కోర్టులో
O.S.No. 62/2020
విజయ బ్యాంక్ (ప్రస్తుతము బ్యాంక్ ఆఫ్ బరోడ) బేస్తవారిపేట, రిప్రెజెంటెడ్ బై ఇట్స్ మేనేజర్ ..వాది
వర్సస్
1) తోటకూర పౌలు
2) ఈదుల రాజశేఖర్ రెడ్డి ..ప్రతివాదులు
To
2వ ప్రతివాది
ఈదుల రాజశేఖర్ రెడ్డి, తండ్రి చిన్న రంగారెడ్డి
వయస్సు 47 సంవత్సరాలు, ఉద్యోగి,
రంగారెడ్డి పల్లి గ్రామం, సత్యవోలు పోస్టు,
రాచెర్ల మండలం, ప్రకాశం జిల్లా.

పై నెంబరు దావాలోని వాది దావా పరిహార నిమిత్తము దావా దాఖలు చేసి మీకు దావా సమన్లు అనేక పర్యాయములు పంపగా తిరస్కరించుచున్నందున పేపరు ప్రకటన ద్వారా దావా సమన్లు జారీ అగుటకు ఉత్తర్వులు ఇచ్చియున్నారు. మీ సమన్లు నిమిత్తం వాయిదా 05-07-2023వ తేదీన యుండియున్నది. సదరు తేదీన ఉదయం 10:30 ని.లకు శ్రీ కోర్టు వారి ఎదుట మీరు స్వయంగా గాని, లేదా మీ వకీలు గారి ద్వారా గాని శ్రీ కోర్టు వారి ఎదుట హాజరై మీ ఆక్షేపణలు తెలుపుకొనవలసినది. లేని యెడల మీ పరోక్షమున తీర్మానించేదరని ఇందుమూలంగా తెలియజేయడమైనది.
// కోర్టు వారి ఉత్తర్వు మేరకు //
గిద్దలూరు
తేదీ 29-06-2023
ఇట్లు
శ్రీమతి కాల్వ సత్య సులోచన
వాది తరుపు అడ్వకేట్,
గిద్దలూరు, ప్రకాశం జిల్లా.
సెల్ నెం. 9490040889

దస్తవేజులు పోయినవి

బాపట్ల జిల్లా, భట్టిప్రోలు మండలం, సురేపల్లి గ్రామానికి చెందిన మోర్ల హరికృష్ణ S/o రాఘవరావు అను నాకు భాగ పంపిణీ ద్వారా రాబడిన రేపల్లె సబ్ రిజిస్టర్ అఫిస్‌లో డాక్యుమెంట్ నం.5165/2021, బుక్ -1 ది. 20.6.23న రేపల్లె నుండి భట్టిప్రోలుకు వచ్చుచుండగా మార్గమధ్యంలో పోయినవి. అలాగే దీనితో పాటు నాకు సంక్రమించిన 21.1.1932 లో మోర్ల రత్తయ్య గారి వలన క్రయం పొంది రేపల్లె సబ్ రిజిస్టర్ అఫిస్‌లో 1 వ పుస్తకం, 439 వాల్యూమ్, 55 ల 56 పుటలలో దస్తవేజు నం.306/1932 రీత్యా య.0-91 సెంట్లు, ది.05.7.1933న మోర్ల చంచయ్య వలన క్రయం పొంది రేపల్లె సబ్ రిజిస్టర్ అఫిస్ లో 1వ పుస్తకం, 454 వ వాల్యూమ్, 19 ల 20 పుటలలో ద.నం.1809/1933 గా రిజిస్టర్ కబడిన రీత్యా య.0-33 సెంట్లు, ది.07.10.1946 న కాటూరి కోటయ్య వగైరాల వలన క్రయం పొంది రేపల్లె సబ్.రి.అఫిస్ లో 1వ పుస్తకం 619 వ వాల్యూమ్, 464ల465 పుటలలో ద.నం.352/1946 గా రిజిస్టర్ కాబడిన రీత్యా య.1.91 సెంట్లు, ది.14.02.1949న మోర్ల రత్తయ్య గారి వలన క్రయం పొంది రేపల్లె సబ్.రి.అఫిస్ లో 1వ పుస్తకం 648 వ వాల్యూమ్, 397ల399 పుటలలో ద.నం.806/1949 గా రిజిస్టర్ కాబడిన రీత్యా య.0-50 సెంట్లును, ది.17.04.1963న చల్లా సీతారామంజనేయ శాస్త్రి వగైరాల వలన క్రయం పొంది రేపల్లె సబ్.రి.అఫిస్ లో 1వ పుస్తకం, 820 వ వాల్యూమ్, 403ల404 పుటలలో ద.నం 631/1963 గా రిజిస్టర్ కాబడిన రీత్యా య.2-00 ట్లు ను వెరసి మా తాత గారైన మోర్ల బసవయ్యకు వీలునామా ద్వారా సంక్రమించబడి మా తాత, నాయనమ్మ ల మరణానంతరం వారసత్వంగా నాకు భాగ పంపిణీ ద్వారా సంక్రమించిన అస్తికి సంభందించిన డాక్యుమెంట్లు కూడా పోయినవి. దొరికిన వారు ఈ క్రింది అడ్రెస్ కు పంపగలరు.
ఇట్లు
మోర్ల హరికృష్ణ,
సురేపల్లి,
సెల్ నం. 9346884637.

గ్రామ పంచాయితీ కార్యాలయము - వలేటివారిపాలెం, ప్రకాశం జిల్లా
టెండరు ప్రకటన
తేది: 02-6-2023

ప్రకాశం జిల్లా, ఒంగోలు మండలం, వలేటివారిపాలెం గ్రామ పంచాయితీకి అవసరమైన ఈ దిగువ తెలిపిన సిబ్బందిని టెండరు పద్దతిపై నియామకము చేయుటకు సీల్డ్ టెండర్లు కోడబడుచున్నవి. గ్రామ పంచాయితీ కార్యాలయములో పంచాయితీ కార్యదర్శి గాని లేక వారి అనుమతి పొందిన వారిచేగాని సీల్డు టెండరును తేది: 09-6-2023 మధ్యాహ్నం గం॥ 11-00ల వరకు స్వీకరించబడి అదేరోజు మధ్యాహ్నం 12-00లకు హాజరైన టెండరుదారుల సమక్షములో తెరువబడును. టెండరు డిపాజిట్‌ను ఈ దిగువ చూపబడిన మొత్తమును కార్యాలయమునందు చెల్లించి టెండరు షెడ్యూల్‌నకు రసీదు జతపరచవలెను. టెండరు ధరావత్తు చెల్లించని టెండర్లు అంగీకరించబడవు. ఏకారణం చేతనైనా టెండర్లు వాయిదా వేయుటకుగానీ రద్దుపరుచుటకు గానీ పంచాయితీ కార్యదర్శి వారికి పూర్తి అధికారము కలదు. టెండరు షెడ్యూలులో వివరములు ప్రకారం మరియు టెండరు షరతులకు లోబడి మాత్రమే టెండర్లు ఆమోదించబడును. కార్యాలయము తనిఖీ, ఆడిట్ రిపోర్టులు వచ్చిన తదుపరి మాత్రమే టెండరు ధరావత్తును తిరిగి చెల్లించబడును. టెండరు షరతులు, మిగిలిన వివరములకు ఆఫీసు పనిచేయు వేళలయందు అడిగి తెలుసుకొనవచ్చును.

షెడ్యూలు

వ.నెం.	టెండరు వివరములు	చెల్లించవలసిన ధరావత్తు
1.	గ్రామ పంచాయితీ నందు 1-7-2023 నుండి 30-6-2024 వరకు స్వీపరుగా పనిచేయుటకు ఒకరు	100/-
2.	గ్రామ పంచాయితీ నందు 1-7-2023 నుండి 30-6-2024 వరకు టర్న్‌కాక్‌గా పనిచేయుటకు ఒకరు.	100/-

నిబంధనలు:
1) పంచాయితీ కార్యదర్శికి రద్దుచేయుటకు, అమలుపరుచుటకు పూర్తి అధికారము కలదు.
2) పంచాయితీ నిధుల సౌలభ్యమునుబట్టి జిల్లా పంచాయితీ అధికారి అనుమతి పొందిన తదుపరి మాత్రమే బిల్లులు చెల్లించబడును.

డి.వి. రంగారెడ్డి
పంచాయితీ కార్యదర్శి,
వలేటివారిపాలెం గ్రామం,
ఒంగోలు మండలం, ప్రకాశం జిల్లా.

వివాహిత అనుమానాస్పద మృతి

భర్తే చంపాడంటూ బంధువుల ఆందోళన ● కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు

ప్రజాశక్తి-మార్టూరు రూరల్

వివాహిత అనుమానాస్పద స్థితిలో మృతి చెందిపడి ఉన్న ఘటన మండల పరిధిలోని రాజుపాలెం గ్రామంలో శుక్రవారం చోటు చేసుకుంది. మార్టూరు సీఐ షేక్ థెరిసా ఫిరోజ్ కథనం ప్రకారం.. అద్దంకి మండలం శింగరకొండ సమీపంలోని సింగరాయకొండ పాలెం గ్రామానికి చెందిన కోటేశ్వరమ్మ(30)కు మార్టూరు మండలం రాజుపాలెం గ్రామం యాదవ కాలనీకి చెందిన లచ్చిబోయిన ప్రసాద్‌తో 15 సంవత్సరాల క్రితం వివాహం జరిగింది. వీరికి ఇద్దరు మగపిల్లలు. గత కొద్ది కాలంగా దంపతుల మధ్య మనస్పర్థలు చోటుచేసుకున్నాయి. ఈ క్రమంలో శుక్రవారం వేకువ జామున ప్రసాద్ భార్య కోటేశ్వరమ్మ ఉరి వేసుకుని ఆత్మహత్య చేసుకుందని మార్టూరు పోలీసులకు అందిన ఫిర్యాదుతో సిఐ షేక్ ఫిరోజ్ ఘటన స్థలానికి చేరుకున్నారు. అప్పటికే కింద పడుకోబెట్టి ఉన్న కోటేశ్వరమ్మ మృతదేహాన్ని సీఐ పరిశీలించారు. తన భార్య ఉరి వేసుకొని వేలాడుతుండగా

కోటేశ్వరమ్మ మృతదేహాన్ని పరిశీలిస్తున్న సిఐ ఫిరోజ్

కాపాడటానికి కిందకు దించామని భర్త ప్రసాద్ పొంతన లేని సమాధానాలు చెప్పడంతో ప్రసాద్‌ను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకొని మార్టూరు పోలీస్ స్టేషన్‌కు తరలించారు. పోస్టుమార్టం నిమిత్తం కోటేశ్వరమ్మ మృతదేహాన్ని స్థానిక ప్రభుత్వ వైద్యశాలకు తరలించారు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్టు సీఐ తెలిపారు.

భర్తే చంపి.. ఆత్మహత్యగా చిత్రీకరించాడు

కోటేశ్వరమ్మ మృతి వార్త తెలియగానే అద్దంకి సమీపంలోని సింగరకొండపాలెం గ్రామం నుంచి బంధువులు పెద్దఎత్తున మార్టూరు ప్రభుత్వ వైద్యశాలకు తరలివచ్చారు. వేరే మహిళతో వివాహేతర సంబంధం పెట్టుకొని భార్యను అడ్డు తొలగించుకోవడానికి కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి హత్య చేసి ఆత్మహత్యగా చిత్రీకరించాడని ఆందోళనకు దిగడంతో వైద్యశాల వద్ద ఉద్రిక్త వాతావరణం నెలకొంది. పోస్టుమార్టం నివేదికలో వాస్తవాలు వెలుగులోకి వస్తాయని నిందితుడిని కఠినంగా శిక్షిస్తామని పోలీసులు తెలపడంతో కోటేశ్వరమ్మ బంధువులు శాంతించారు.

యువకుడిని కాపాడిన మెరైన్ పోలీసులు

ప్రజాశక్తి-సింగరాయకొండ

పాకల సముద్ర తీరంలో అలల తాకిడికి కొట్టుకొని వెళ్తున్న ఇద్దరు యువకులను శుక్రవారం మెరైన్ పోలీసులు కాపాడారు. కనిగిరి మండలం చింతలపాలెం గ్రామానికి చెందిన షేక్ జబీర్, షేక్ కరిముల్లా అనే ఇద్దరు యువకులు తమ మిత్రులు, కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి బక్రీదు పండుగ ముగిసిన తర్వాత పాకల సముద్ర తీరానికి వచ్చారు. సముద్రంలో స్నానం చేస్తుండగా ఒక్కసారిగా వచ్చిన అలలతో ఉక్కిరిబిక్కిరయ్యారు. అది గమనించిన మెరైన్ పోలీసులు వెంటనే సముద్రంలోకి వెళ్లి వారిని బయటకు తీసుకువచ్చారు. ఇద్దరు యువకులు సముద్రం నీరు తాగడం వలన స్పృహ కోల్పోయారు. వారిని గుండెల మీద, కడుపు మీద నొక్కి నీటిని బయటకు కక్కించారు. అక్కడ నుంచి ప్రథమ చికిత్స కోసం ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఇద్దరూ క్షేమంగా ఉండడంతో అందరూ ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. యువకులను కాపాడిన పోలీసు సిబ్బంది పి వెంకటేశ్వర్లు, వివి సుబ్రహ్మణ్యం, ఎంవి గోపీనాథ్, ఏ బ్రహ్మానందరావులను రామాయపట్నం మెరైన్ సీఐ ఆర్ఎస్ కిషోర్ కుమార్ అభినందించారు.

హత్యాయత్నం కేసులో నిందితులు అరెస్ట్

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల

బాపట్ల మండలం చుండూరుపల్లి గ్రామంలో పొలం కౌలు విషయంలో జరిగిన వివాదంలో కౌలు రైతు మెరుగుమోటు సతీష్ బాబు అతని భార్య రాహేలుపై కత్తులతో దాడి చేసిన నిందితులను అరెస్టు చేసి రిమాండ్‌కు పంపినట్లు బాపట్ల డిఎస్పి టి వెంకటేశులు విలేకరులకు తెలిపారు. శుక్రవారం బాపట్ల రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్లో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఈ కేసుకు సంబంధించి వివరాలను ఆయన వెల్లడించారు. చుండూరుపల్లిలో జాస్తి నాగమణి కుమారులకు పొలం వివాదం నేపథ్యంలో కౌలు రైతు సతీష్ అతని భార్య రాహేలుపై దాడి చేసిన నిందితులు చుండూరుపల్లికి చెందిన జాస్తి అంకమ్మ చౌదరి జాస్తి నాగార్జున సుజాత జాస్తి నాగమణి పొన్నూరు మండలం కసుకర్రు గ్రామానికి చెందిన కొచ్చర్ల బెనర్జీని అరెస్టు చేసి రిమాండ్ పంపుతున్నట్లు డిఎస్పి తెలిపారు. సమావేశంలో రూరల్ సీఐ వేణుగోపాల్‌రెడ్డి, రూరల్ ఎస్ఐ వెంకటప్రసాద్ పాల్గొన్నారు. కౌలు రైతు దంపతులపై హత్యాయత్నం ఘటనలో నిందితులపై ఎట్రాసిటీ కేసు శీర్షికన ప్రజాశక్తి దినపత్రికలో జూన్ 24న ప్రచురితమైన వార్త కథనం పాఠకులకు విదితమే.

35 నిమిషాల్లో ముగిసిన సమావేశం

ప్రజాశక్తి-చీరాల

చీరాల మున్సిపాలిటీలో శుక్రవారం జరిగిన కౌన్సిల్ సమావేశం ప్రశాంత వాతావరణంలో ముగిసింది. కౌన్సిలర్లు అందరూ సమావేశం హాలుకు వచ్చినంత సమయం కూడా కట్టలేదు కౌన్సిల్ సమావేశం ముగిసేసరికి. కౌన్సిల్ సమావేశ అజెండాలో మొత్తం 75 అంశాలు పొందుపరచగా కేవలం 35 నిమిషాలలోనే వాటిని ముగించేశారు. అయితే అజెండాలోని అంశాల్లో మున్సిపల్ నిధులతో ప్రైడ్ స్కూలుకు రూ.10 లక్షలతో పైప్‌లైన్ ఏర్పాటు అంశం గురించి మాత్రం కొద్దిసేపు చర్చ జరిగింది. ఈ అంశంపై కౌన్సిలర్లు మామిడాల రాములు, సూరగాని లక్ష్మి తదితరులు మాట్లాడారు. ప్రైవేటు పాఠశాలకు మున్సిపాలిటీ నిధులు రూ.10 లక్షలు వెచ్చించి పైపులైన్లు వేయటం సరికాదన్నారు. క్రితంసారి ఈ అంశం వాయిదా పడింది అని అసలు ఈ అంశాన్ని మరలా ఎందుకు అజెండాలో చేర్చారని దీనిని తక్షణమే రద్దు చేయాలన్నారు. స్కూల్ యాజమాన్యం వారి సొంత నిధులతోటే పైపులైన్లు ఏర్పాటు చేసుకోవాలన్నారు. మున్సిపల్ కార్యాలయానికి రంగులు వేసేందుకు జరిగిన టెండర్ ప్రక్రియలో జరిగిన పలు సంఘటనలు నేపథ్యంలో అంశాన్ని రద్దు చేశారు. అదేవిధంగా అజెండాలోని 7వ అంశం బాయ్స్ హైస్కూల్ వద్ద ఉన్న మున్సిపాలిటీ కాంప్లెక్స్ 14వ షాపు లీజుదారుడైన సీహెచ్ పెద్దబ్బాయినాయుడు లీజు కాలం ఏప్రిల్ 30న ముగిసింది. అయితే క్రితం జరిగిన కౌన్సిల్ మీటింగ్‌లో ఆ దుకాణాలను బహిరంగ వేలం నిర్వహించాలని కౌన్సిలర్లు తీర్మానించారు. అయినప్పటికీ అదే అంశాన్ని మరల అజెండాలో చేర్చి మూడు సంవత్సరాలు లీజు గడువను పెంచాలని దుకాణదారుడు కోరడంతో ఆ అంశాన్ని కౌన్సిల్ వ్యతిరేకిస్తూ తప్పనిసరిగా బహిరంగ వేలం జరపాలిసిందేనని కౌన్సిల్ సమావేశం అంశాన్ని రద్దు చేసింది.

గస్తీ వ్యవస్థ పటిష్టంగా ఉండాలి: ఎస్పి

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల జిల్లా

నిర్దిష్ట గడువులోపు చట్టపరిధిలో స్పందన, జగనన్నకు చెబుదాం పిటిషన్లను పరిష్కరించాలని జిల్లా ఎస్పీ వకుల్ జిందాల్ పోలీస్ అధికారులకు సూచించారు. శుక్రవారం జిల్లా పోలీస్ ప్రధాన కార్యాలయం నుంచి వర్చువల్ విధానంలో జిల్లా పోలీస్ అధికారులతో స్పందన, జగనన్నకు చెబుదాం పిటిషన్ల గురించి, పెండింగ్ కేసుల గురించి, దొంగతనం కేసులు, బీట్‌ల నిర్వహణ, సీసీ కెమెరాల ఏర్పాటు గురించి జిల్లా ఎస్పీ సమీక్షించారు. ఎస్పీ మాట్లాడుతూ జగనన్నకు చెబుదాం పోర్టల్‌లో వచ్చిన ఫిర్యాదులను 24 గంటల లోపు పరిశీలించి నిర్దిష్ట గడువులోపు ఫిర్యాదుదారుల సమస్యను పరిష్కరించాలన్నారు. వచ్చిన పిటిషన్‌పై పోలీస్ అధికారి చేసిన దర్యాప్తు రిపోర్టును సబ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ లేదా ఆపై స్థాయి అధికారులు పరిశీలించి జిల్లా పోలీస్ ప్రధాన కార్యాలయానికి పంపించాలన్నారు. ప్రాపర్టీ నేరాల ఛేదనపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలన్నారు. ప్రాపర్టీ కేసులను చేదించడానికి ప్రతి సర్కిల్ పరిధిలో క్రైమ్ పార్టీలు ఉన్నాయన్నారు. వారు పాత నేరస్తుల కదలికలపై నిఘా ఉంచాలన్నారు. ప్రవర్తన, కదలికలు అనుమానాస్పదంగా ఉన్న పాత నేరస్తులను విచారించాలన్నారు. ప్రాపర్టీ కేసులలో నేరానికి పాల్పడిన ముద్దాయి నుంచి దొంగలించబడిన సొత్తును రికవరీ చేసి బాధితులకు అందజేయాలని, అప్పుడే బాధితులకు న్యాయం జరిగినట్లు అని తెలిపారు. ప్రతి సబ్ డివిజన్ పోలీస్ అధికారి ప్రాపర్టీ కేసులపై దృష్టి సారించి, పురోగతిని ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకుంటూ ఉండాలన్నారు. ఈ సమీక్ష సమావేశంలో బాపట్ల అడిషనల్ ఎస్పీ పి మహేష్, రేపల్లె డిఎస్‌పి టి మురళీకృష్ణ, బాపట్ల డిఎస్‌పి టి వెంకటేశ్వర్లు, చీరాల డిఎస్‌పి ఎస్ ప్రసాద్‌రావు, డిసిఆర్‌బి ఇన్స్పెక్టర్ పి బాలమురళీ కృష్ణ జిల్లాలో సర్కిల్ ఇన్‌స్పెక్టర్లు, స్టేషన్ ఎస్‌హెచ్‌ఓ పాల్గొన్నారు.

ఓటమి భయంతోనే ఓట్ల తొలగింపు: ఎమ్మెల్యే

ప్రజాశక్తి-అద్దంకి

పార్టీ ఓటర్ వెరిఫికేషన్ కార్యక్రమంపై అద్దంకి నియోజకవర్గంలోని అద్దంకి పట్టణ, 5మండలాల పార్టీ అధ్యక్షులు క్లస్టర్ యూనిట్ ఇన్‌ఛార్జులతో నాగులపాడు రోడ్డులోని కామేపల్లి కళ్యాణ మండపంలో శుక్రవారం ఎమ్మెల్యే గొట్టిపాటి రవికుమార్ సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఓటర్ల జాబితాల ప్రక్షాళన పేరిట అధికార వైసీపీ ప్రతిపక్షం ఓటర్ల తొలగింపునకు కుట్రలకు తెరలేపిందని తెలిపారు. ప్రతి 300 ఓటర్లకు ఒక కుటుంబ సారథి ఎంపిక ముఖ్యంగా ఓటరు 'పేజీనేస్తం' పేరుతో ప్రతి 60 మంది ఓటర్లకు ఒకరిని ఏర్పాటు చేసేలా తక్షణమే చర్యలు చేపట్టాలని అన్నారు. ఓటర్ లిస్ట్‌లో అక్రమాలపై నిరంతర అప్రమత్తంగా ఉండి దొంగ ఓట్ల నమోదు, టీడీపీ అనుకూల ఓట్ల తొలగింపు అంశాలను సీరియస్‌గా తీసుకోవాలన్నారు. ఓటమి భయంతో వైసీపీ ఎన్నికల్లో అనేక అక్రమాలకు పాల్పడుతుందని, దాని కోసం ఇప్పటి నుంచే కుట్రలు మొదలు పెట్టిందని ఎమ్మెల్యే అన్నారు. చనిపోయిన వారి ఓట్లు తొలగించకపోవడం, దొంగ ఓట్లు నమోదు చేయడం, టీడీపీకి అనుకూలం అని భావించే వారి ఓట్లను తొలగించడం, ఒక బూత్‌లో ఓట్లను మరో బూత్‌కు బదలాయించడం వంటి అక్రమాలపై అప్రమత్తతో ఉండాలని తెలిపారు. పార్టీ చేపట్టే కార్యక్రమాల్లో ఓటర్ వెరిఫికేషన్ కు అత్యంత ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని, ప్రజలను కూడా ఇందులో భాగస్వాములు చేయడం ద్వారా వైసీపీ అక్రమాలకు అడ్డుకట్ట వేయవచ్చునని అన్నారు. ప్రతి ఒక్క బూత్ కన్వీనర్ వారి పరిధిలో గల ఓటర్ లిస్ట్ ను క్షుణ్ణంగా పరిశీలన చేసి. వార్డులో లేని బోగస్ ఓట్లను గుర్తించి సంబంధిత అధికారుల దష్టికి తీసుకు వెళ్ళాలన్నారు. రాష్ట్రంలో రోజురోజుకు రాక్షస వైసిపి పాలన పెట్రేగిపోతుంది. రానున్న ఎన్నికలలో అధికారాన్ని అడ్డుపెట్టుకొని ఎంతటి అరాచకాలకైనా పాల్పడటానికి వైసీపీ పార్టీ సిద్ధంగా ఉంది. దీనిని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొని వారిని తిప్పి కొట్టాలంటే ఓటు అనే ఆయుధం ఎంతో ముఖ్యమన్నారు. కుటుంబ సాధికార సారథులు,బూత్ కన్వీనర్లు,యూనిట్ ఇన్చార్జులు, క్లస్టర్ ఇన్చార్జిలు, ఓటరు పేజీ నేస్తం సభ్యులు ప్రతి ఒక్కరు సమన్వయంతో సంయుక్తంగా కలిసి పనిచేసుకుంటూ పోవాలి. అనర్హులకు ఓట్ల విషయంలో ఉద్దేశ్య పూర్వకంగా తప్పులు చేసే ఏ అధికారినీ వదిలేది లేదని ఎమ్మెల్యే గొట్టిపాటి రవికుమార్ అన్నారు.

'అమ్మ ఒడి' అందిందెవరికి?

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

కోతలు పడ్డాయని తెలుస్తోంది. విద్యాశాఖ గణాంకాల మేరకు 2019-20లో 2,76,115 మంది లబ్ధిదారులకు రూ.414.2 కోట్లు అందాయి. 2020-21లో 2,82,080 మందికి రూ.423.1 కోట్లు అందాయి. కరోనా సమయంలో రాలేదు. ఈ ఏడాది గణాంకాలు ఇంచుమించుగా ఇదే స్థాయిలో ఉన్నాయి. అయితే లబ్ధిదారుల సమాచారం అప్‌డేట్ చేశారు. ఈకేవైసీ అమలు చేశారు. ఏదేమైనా అర్హత ఉన్నవారికీ అందలేదు. చాలా మంది ఎదురుచూస్తూనే ఉన్నారు. వాలంటీర్ల వద్ద కూడా సమాచారం లేదు. అధికారుల నుంచి వాలంటీర్లకు జాబితాలు వచ్చాయి. తల్లులను పిలిచి వేలిముద్ర తీసుకున్నారు. జాబితాల్లోనే చాలా మంది పేర్లు రాలేదు. సచివాలయం వద్దకు వెళ్లి చూసుకుంటే అర్హత జాబితాల్లో ఉన్నాయి. అయితే వాలంటీర్ వద్దకు వచ్చిన జాబితాలకు మాత్రమే నగదు పడుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. కరెంటు బిల్లు ఎక్కువరావడం, రుణాల కోసం ఆదాయపు పన్నుల రిటర్నులు ఇవ్వడం(ఐటీ కట్టడం) వంటి కారణాలతో చాలా మందికి కోతలు పడ్డట్లు తెలుస్తోంది.

ఘర్షణలో ఐదుగురికి గాయాలు

ప్రజాశక్తి-దర్శి

దరిశి పంచాయతీలోని జెండాచెట్టు వద్ద స్థల వివాదంలో రెండు వర్గాలకు ఘర్షణ జరుగగా ఐదుగురికి గాయాలయ్యాయి. గత కొంతకాలంగా రహమాన్‌కు, మజ్నువలికి చెందిన ఇంటి దగ్గర స్థలం గురించి వివాదం జరుగుతోంది. గురువారం రాత్రి ఇరువురికీ మాటా మాటా పెరిగి ఘర్షణ జరుగగా ఐదుగురికి గాయాలయ్యాయి. మెరుగైన వైద్యం కోసం ముగ్గురిని ఒంగోలుకు తరలించారు.

బాల కార్మిక వ్యవస్థను నిర్మూలించాలి

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల రూరల్

బాల కార్మిక వ్యవస్థను నిర్మూలించాలని రాష్ట్ర బాలల హక్కుల పరిరక్షణ కమిషన్ గౌరవ సభ్యురాలు బత్తుల పద్మావతి అన్నారు. శుక్రవారం బాపట్ల కలెక్టరేట్‌లోని స్పందన హాల్లో ఎలిమినేషన్ ఆఫ్ చైల్డ్ లేబర్ క్యాంపెయిన్ ముగింపు సందర్భంగా సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడారు. 14 సంవత్సరాల లోపు పిల్లలు ఎవరైనా సరే పనిలోకి పెట్టుకుంటే ఫ్యాక్టరీ యజమానుల పైన కేసులు బుక్ చేయాలని, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర బాలల హక్కుల పరిరక్షణ కమిషన్ కార్మిక శాఖను ఆదేశించింది. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ లేబర్ కమిషనర్ శివప్రసాద్ గారు, సోషల్ వెల్ఫేర్ డిడి దెబోరా, బాపట్ల లేబర్ ఆఫీసర్ సాయి జ్యోతి, అద్దంకి చీరాల లేబర్ ఆఫీసర్స్, ఫ్యాక్టరీ ఇన్‌స్పెక్టర్ చంద్రశేఖర్, సిఫార్డు స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థ ప్రతినిధులు డిస్ట్రిక్ టాస్క్ ఫోర్స్ సభ్యులందరూ పాల్గొన్నారు.

బ్యాంకు శాఖను ప్రారంభిస్తున్న జెసి శ్రీధర్

ఇండస్ ఇండ్ బ్యాంకు శాఖ ప్రారంభం

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల: బాపట్లలో ఇండస్ ఇండ్ బ్యాంకు నూతన శాఖను బాపట్ల జిల్లా సంయుక్త కలెక్టరు చామకూరి శ్రీధర్ శుక్రవారం ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జేసి శ్రీధర్ మాట్లాడుతూ బాపట్లలో ఇండస్ ఇండ్ బ్యాంకు శాఖ ప్రారంభించడం శుభ పరిణామం అన్నారు. శాఖ ఎటిఎంను జిట్టాస్ ఎంక్లేవ్ అధినేత, రోటరీ క్లబ్ ఆఫ్ బాపట్ల మాజీ అధ్యక్షులు జిట్టా శ్రీనివాసరావు ప్రారంభించారు. ఆకర్షణీయమైన వడ్డీ రేటు ఇస్తున్న ఈ బ్యాంకును అందరూ ఆదరించాలన్నారు. ఈ బ్యాంకు ఏటీఎంలో ఖాతాదారులకు ఏ నోటు కావాల్సినా అదే డినామినేషన్ నోట్లు రావడం ప్రత్యేకమని బ్యాంక్ అధికారులు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ఇండస్ ఇండ్ రీజినల్ హెడ్ కొలచిన శ్రీరామ్, క్లస్టర్ హెడ్ ధూళిపాళ్ల రవి కుమార్, బాపట్ల బ్రాంచ్ మేనేజర్ కొండలు, జీవన్, బయ్యా సత్యనారాయణ, కళ్ళు చెన్నయ్య, బ్యాంకు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

షుగర్‌ను అదుపులో ఉంచుకోకుంటే ప్రమాదం

ప్రజాశక్తి-ఒంగోలు కలెక్టరేట్

డాక్టర్ ఎం.కృష్ణారావు

ఒత్తిడితో కూడిన జీవనం, వంశ పారంపర్యంగా షుగర్ వ్యాధి వస్తుందని, ఈ వ్యాధిని అదుపులో ఉంచుకోకపోతే ప్రాణానికే ప్రమాదమని ప్రముఖ షుగర్, థైరాయిడ్ వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ ఎం కృష్ణారావు తెలిపారు. జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం సందర్భంగా ఆయన ప్రజాశక్తితో పలు విషయాలు చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ ఎం కృష్ణారావు మాట్లాడుతూ దేశంలో షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తుల సంఖ్య రోజురోజుకూ పెరుగుతోం దన్నారు. షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులకు గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయన్నారు. వీరు సంవత్సరానికి ఒకసారి గుండె సంబంధిత పరీక్షలు ఈసిజి, ఎకో, టిఎంటి పరీక్షలు చేయించుకోవాలన్నారు. ఈ రోగులు షుగర్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుకోవాలన్నారు. ప్రతి నెల షుగర్ స్థాయిలను పరీక్షల ద్వారా తెలుసుకోవచ్చన్నారు. వచ్చే రిపోర్ట్స్ ఆధారంగా వైద్యుని పర్యవేక్షణలో మందులు వాడాలని సూచించారు. స్వీట్లు, పలు రకాల పండ్లు తినకూడదని సూచించారు. వైద్యులు సూచించిన సమతుల్య ఆహారాన్ని తగిన మోతాదులో మాత్రమే తీసుకోవాలన్నారు. గుండెకు స్టెంట్, బైపాస్ సర్జరీలు చేయించుకున్నవారు, రిస్క్ ఫ్యాక్టర్ ఎక్కువ ఉన్న వారు మరింత అప్రమత్తం గా ఉండాలన్నారు. షుగర్ స్థాయిలను తగ్గించు కోవాలని అన్నారు. షుగర్ రాకుండా ఉండటా నికి పలులు జాగ్రత్తలు పాటించాలని సూచిం చారు. ఫ్యామిలీ హిస్టరీ ఉన్నవారు మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలన్నారు. నిత్యం అరగంట నుంచి 45 నిమిషాల పాటు వ్యాయామం చేయాలన్నారు. ఏదైనా అనుమానం వస్తే వైద్యుని సంప్రదించి తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని డాక్టర్ ఎం కృష్ణారావు సూచించారు.

నాటువైద్యంతో ప్రాణాల మీదకు తెచ్చుకోవద్దు

డాక్టర్ బ్రహ్మానంద రెడ్డి

ప్రజాశక్తి-గిద్దలూరు

సాంకేతిక పరిజ్ఞానం కొత్త పుంతలు తొక్కడంతో ఆధునిక వైద్య సేవలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. అయినప్పటికీ ఇంకా కొంతమంది పసరు వైద్యం చేయించుకుని నాటు మందులు వినియోగిస్తున్నారు. తమ ప్రాణాలకు ప్రమాదం కొని తెచ్చుకుంటున్నారని పది రూపాయల డాక్టర్ బ్రహ్మానందరెడ్డి తెలిపారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో మెడికల్ క్యాంపు నిర్వహించి అవగాహన పెంచుతున్నప్పటికీ నేటికీ ఇంగ్లీషు వైద్యంపై అవగాహన లేక ఇంకా కొంతమంది నాటుమందులు పసరు వైద్యాన్ని వినియోగించుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. ప్రస్తుత జీవన విధానంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకుని జీవన విధానాన్ని కొనసాగిస్తే వ్యాధుల బారి నుంచి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చని తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరూ రోజూ యోగా, వాకింగ్, వ్యాయామాలు చేస్తూ మనస్సుని ఎక్కువ ఆందోళన చెందనివ్వకుండా ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవాలన్నారు. శ్వాసకోశ సంబంధిత వ్యాధి గ్రస్తులు చల్లని పదార్థాలు వినియోగించరాదని, కాలుష్యానికి వీలైనంత మేరకు దూరంగా ఉండాలని అన్నారు. బ్రీతింగ్ వ్యాయామాలు క్రమం తప్పకుండా చేయాలన్నారు. స్త్రీలలో రుతుస్రావ సమయంలో ఎక్కువ రక్తం పోతుంటే వైద్యులను సంప్రదించి తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని చెప్పారు. వ్యాధిగ్రస్తులు ఎప్పటికప్పుడు వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు చేయించుకోవడం వల్ల వ్యాధులను అదుపులో ఉంచుకోవచ్చునని తెలిపారు.

పేదోళ్లకు వెలుగు రేఖ 'హరి ఐ కేర్'

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

హరి ఐ కేర్ అండ్ ఆప్టికల్స్ వారు ఉయ్యూరు సమత శంకర నేత్ర చికిత్సాలయం వారి ఆధ్వర్యంలో నిరుపేదలకు కంటి వెలుగులు పంచడమే లక్ష్యంగా 2007 జనవరి ఒకటిన శ్రీదేవి కంటి ఆసుపత్రి విజయవాడ ప్రముఖ నేత్ర వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ కె శివరామకృష్ణ ఎంఎస్ చేతులమీదుగా హరి ఐ కేర్ అండ్ ఆప్టికల్స్ ప్రారంభించారు. హరి ఐ కేర్ అండ్ ఆప్టికల్స్ నిర్వహిస్తున్న ఉచిత సేవలు 17 సంవత్సరాలుగా కొనసాగుతున్నాయి. రెండు దశాబ్దాల్లో 5,000 మందికి ఉచిత శస్త్ర చికిత్సలు, 89,324 మంది పేదలకు ఉచితంగా ఆపరేషన్లు నిర్వహించామని హరి ఐ కేర్ అండ్ ఆప్టికల్స్ అధినేత హరిబాబు తెలిపారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ప్రజాశక్తి ప్రత్యేక ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడారు. గ్రామాలకు వెళ్లి పేదల లోగిళ్లలో కంటి వైద్య శిబిరాలు నిర్వహించడమే కాకుండా, అవసరమైన వారికి పైసా ఖర్చు లేకుండా ఆపరేషన్లు చేసి తిరిగి సురక్షితంగా ఇంటికి పంపుతున్నామన్నారు.

కంటి ఆపరేషన్ చేయించుకున్న వృద్ధులు

డాక్టర్ నాదెళ్ల స్వాతి ఎంబీబీఎస్, ఎంఎస్ డాక్టర్ ఏ శ్రీనివాస్ ఎంఎస్ (ఓపిహెచ్), ఉయ్యూరు, సమత శంకర నేత్ర చికిత్సాలయం వారి ఆధ్వర్యంలో కృష్ణా, గుంటూరు జిల్లా పెనుమూడి వారధిగా పలు బ్రాంచులు ఏర్పాటు చేసి కంటి వైద్యం, తీర ప్రాంత ప్రజలకు అతి తక్కువ ఖర్చులతో వైద్యం అందించడం హరి ఐ కేర్ హాస్పిటల్ వారి ప్రత్యేకత అన్నారు. కంటి శుక్లములకు ఉచితంగా ఆపరేషన్ చేయించుకోవాలనుకునేవారు 9044402999, 9044403999, 904405999 నెంబర్లను సంప్రదించాలని కోరారు.

'గ్లకోమా'పై నిర్లక్ష్యం తగదు

కంటి వైద్య నిపుణులు సుదర్శన్ రెడ్డి

ప్రజాశక్తి-గిద్దలూరు

గ్లకోమా వ్యాధిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే అత్యంత ప్రమాదకరమని జికె మోహన్‌రెడ్డి కంటి వైద్యశాల కంటి వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ జి సుదర్శన్‌రెడ్డి తెలిపారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. డయాబెటిక్ రోగులకు ఎక్కువగా గ్లకోమా వ్యాధి సోకే ప్రమాదం ఉందన్నారు. షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు తరచూ కంటి వైద్య నిపుణుడిని సంప్రదించి వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలన్నారు. గ్లకోమా వ్యాధి రాకమునుపే షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. 40 సంవత్సరాలు పైబడినవారు ఏడాదికి ఒకసారి కంటి పరీక్షలు చేయించుకోవాలన్నారు. కరోనా బారిన పడి స్టెరాయిడ్స్ ఎక్కువ తీసుకున్నవారు కూడా కంటి పరీక్షలు చేయించుకోవాలన్నారు. ప్రస్తుత జీవన విధానంలో సెల్ ఫోన్లు, కంప్యూటర్ల వినియోగం పెరగడంతో 40 ఏళ్లలోపు వారికి కూడా కేటరాక్ట్ సమస్యలు వస్తున్నట్లు తెలిపారు. కంప్యూటర్లు, సెల్ ఫోన్లు వాడే వారు ఎఆర్‌సి గ్లాస్ కళ్లద్దాలు వినియోగించాలని సూచించారు. ఆధునిక బోధనా పద్ధతుల కారణంగా చిన్న వయస్సులోనే పిల్లలకు దృష్టిలోపం వస్తున్నట్లు తెలిపారు. కంటి వైద్యుని సూచనల ద్వారా కంటి వ్యాధుల తీవ్రత నుంచి బయటపడొచ్చన్నారు.

శిశువు ఆహారం.. సంరక్షణ

డాక్టర్ జి మృదుల, పురిటి పిల్లల మరియు చిన్నపిల్లల వైద్య నిపుణులు, ఒంగోలు పిల్లల హాస్పిటల్, ఒంగోలు

బిడ్డ పుట్టినప్పుడు తల్లిదండ్రుల ఆనందానికి అవధులు ఉండవు. శిశువు ఎదుగుదల వారికి ఇంకా ఆనందాన్నిస్తుంది. అయితే శిశువుకు ఎలాంటి ఆహారం పెట్టాలో తెలియక అయోమయంలో పడే సందర్భాలు కూడా ఉంటాయి. ఏ ఆహారం పెట్టాలో, ఎలా పెట్టాలో తెలియక సతమతమవుతుంటారు. అనారోగ్యం నుంచి కోలుకున్న తరువాత కూడా ఏమి పెట్టాలో అర్థం కాదు. ఈ పరిస్థితుల్లో బిడ్డకు ఏ ఆహారమిచ్చి సంరక్షించుకోవచ్చో పురిటి పిల్లల, చిన్న పిల్లల వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ మృదుల కొన్ని సూచనలు చేశారు. డాక్టర్స్‌డే సందర్భంగా ఆమె ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు.

నవజాత శిశువు ఆహారం:

నార్మల్ డెలివరీ అయిన బిడ్డకు మొదటి అరగంట లోపు తల్లిపాలు అందించాలి. అదే సాధారణ కాన్పు కాని బిడ్డ అయితే 4 గంటలలోపు తల్లిపాలు తాగించాలి. మొదటి రెండు రోజుల్లో వచ్చిన పాలను కొలస్ట్రమ్ (ప్రారంభ స్తన్యము) అంటారు. అవి తల్లికి 10 నుంచి 40 మిల్లీలీటర్లు మాత్రమే వస్తాయి. మొదటి రెండు రోజులు ఆ కొద్దిపాటి పాలు బిడ్డకు సరిపోతాయి.

ఆరు నెలలు నిండాక:

శిశువు ఆరోగ్యంగా, దృఢంగా ఎదగడానికి రోజూ తగినంత పోషకాహారం అవసరం. 6 నెలల వయసులో పెరుగుదల వేగంగా ఉంటుంది. ఈ సమయంలో ఎక్కువ పోషకాలు అవసరం అవుతాయి. ఇప్పటికే తల్లిపాలు తాగుతున్న బిడ్డకు 6 నెలల వయసు వచ్చాక ఘనాహారం కూడా అవసరం. ఆరు నెలలు వచ్చాక తల్లి పాలతో పాటు ఘన పదార్థాలు కూడా ఇవ్వడం మొదలు పెట్టాలి. ఈ వయసులో తల్లిపాలతో పాటు ధాన్యాలు (రైస్), పండ్లు, పప్పుధాన్యాలు, దుంపలు అవసరమవుతాయి. మెల్లగా అలవాటు చేస్తూ ఒక సంవత్సరం వచ్చేసరికి గుడ్లు, చేపలు, మాంసం, చికెన్ అన్ని తినిపించవచ్చు. మొదటిసారి ఘనాహారం ఎప్పుడు ఇవ్వాలంటే తల్లిపాలు ఇచ్చి మరోసారి తల్లిపాలు ఇవ్వడానికి మధ్య సమయంలో నెమ్మదిగా అలవాటు చేయాలి.

- సాధారణంగా నాలుగు నెలలు నిండిన తరువాత కూడా ఘన పదార్థాలు ఇవ్వడం ప్రారంభించవచ్చు. ఎందుకంటే పేగు అరుగుదల శక్తి పెరుగుతుంది. పిల్లల చిగుళ్లు కూడా గట్టిపడతాయి. ఘనాహారాన్ని తినడానికి కూడా ఇష్టపడతారు.
- వివిధ రకాల పప్పులను కలిపి పొడిచేసి ఉడకబెట్టి గంజిలా తాగించాలి.
- కూరగాయలను ఉడికించి గుజ్జులా చేసి కూడా పెట్టవచ్చు.
- మొదట్లో రోజుకు రెండుసార్లు మాత్రమే పెట్టండి. 1,2 చెంచాలు సరిపోతుంది. కొత్త ఆహారం రుచికి అలవాటు పడడానికి సమయం పడుతుంది.

6 నుంచి 8 నెలలప్పుడు ఇవ్వాల్సిన ఆహారం:

ఈ వయసులో పెట్టే ఆహారం మృదువుగా గుజ్జుగా లేదా గంజిలా ఉండాలి. మొదట ఒక టేబుల్ స్పూన్, తరువాత రెండు మూడు టేబుల్ స్పూన్ల వరకు రెండు మూడు సార్లు ఆహారం ఇవ్వొచ్చు. ఆహారంలో బెల్లం, నెయ్యి కలుపుకోవచ్చు.

9 నుంచి 11 నెలలప్పుడు ఇవ్వాల్సిన ఆహారం:

ఈ వయసులో బిడ్డ 3 నుంచి 4 సార్లు ఆహారం అందించవచ్చు. ఈ ఆహారంలో మసాలాలు వాడరాదు. ఒకటి రెండు స్నాక్స్ కూడా ఇవ్వవచ్చు. స్నాక్స్‌లో ఇంట్లో చేసిన సూప్స్, ఉడకబెట్టిన దుంపలు, పండ్లు ఇచ్చేలా చూసుకోవాలి. జంక్ ఫుడ్ ఇవ్వకూడదు. బలవంతంగా తినిపించకూడదు. 9 నెలల నుంచి ఉడకబెట్టిన గుడ్డులోని పచ్చ సొనను తినిపించవచ్చు.

తల్లిపాలు అందని బిడ్డలకు ఆహారం:

కొన్నిసార్లు పాలుపడని తల్లులు తమ పిల్లలకు ఆహారం ఎలా ఇవ్వాలా అని సతమతమవుతుంటారు. బిడ్డ శరీరానికి అవసరమయిన అన్ని పోషకాలను పొందడానికి పాల ఉత్పత్తులతో సహా ఇతర ఆహారాలపై ఆధారపడాల్సి ఉంటుంది. తల్లి పాలు తాగే వారికంటే వీరికి అధిక పౌష్టికాహారం అవసరం కాబట్టి ఆరు నెలల వయసులో బిడ్డకు ఘనమైన ఆహారాన్ని ఇవ్వడం ప్రారంభించాలి. రోజుకు నాలుగుసార్లు రెండు మూడు టీ స్పూన్ల మెత్తటి ఆహారం ఇవ్వాలి. 6–8 నెలల వయసులో బిడ్డకు ఘనమైన ఆహారాన్ని ఇవ్వడం ప్రారంభించాలి. రోజుకు నాలుగుసార్లు అరకప్పు తేలికపాటి ఆహారం ఇవ్వాలి. 6–11 నెలల వయసులో రోజుకు నాలుగైదు సార్లు అరకప్పు ఆహారం, రెండు ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్ అవసరం.

ఆహారం ఏమి తినిపించాలి? ఎలా మొదలు పెట్టాలి?

శిశువుకు ఆహారం బియ్యంతో మొదలుపెట్టి మెల్లగా పప్పు ధాన్యాలను కలుపుకోవచ్చు.

పండ్లు: సీజనల్ పండ్లు, ఉడకబెట్టిన యాపిల్ పండు తినిపించవచ్చు. అరటి పండు పెట్టవచ్చు.

12 నెలల వయసప్పుడు:

ఇంట్లో వండిన ఆహారం తినగలగాలి. రోజూ 3,4 సార్లు తినవచ్చు. తల్లిపాలు కొనసాగించవచ్చు. ముప్పాతిక కప్పు నుంచి ఒక కప్పు వరకు అన్నం తినగలరు.

రాగులు నానబెట్టి కొద్దిగా మొలకెత్తిన తరువాత వేయించి పౌడర్ చేసిపెట్టుకొని తినిపించవచ్చు. ఈ ఆహారానికి అరిగే గుణం ఎక్కువగా ఉంటుంది. పెరుగు వలన విటమిన్ సి లభిస్తుంది.

- పిల్లలకు ఒకే రకమైన ఆహారాన్ని అందించవద్దు. చాలామంది తల్లులు అన్ని పదార్థాలను మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేసి పెడుతుంటారు. ఇలా చేయడం వలన పిల్లలు కొత్త ఆహార పదార్థాలను తీసుకోరు. కాబట్టి ఆహారాన్ని ఒకసారి బరకగా, మరోసారి మృదువుగా పలు రీతుల్లో చేసిపెట్టవచ్చు. వాళ్లు తినగలిగినంత మాత్రమే పెట్టాలి. బలవంతంగా తినిపించకూడదు. ఇలా రకరకాల ఆకృతులలో పెట్టడం వలన పిల్లలు కొత్త ఆహార పదార్థాలు తినడానికి ఇష్టపడతారు.

1-3 సంవత్సరాలు:

సాధారణంగా ఆడుకోవడానికి ఇష్టపడతారు. ఆకలి కూడా తగ్గిపోతుంది. బలవంతంగా పెట్టకూడదు. ఆడుకునేటప్పుడు, ఫ్యామిలీ అంతా కలిసి ఉన్నప్పుడు ఆహారం పెట్టడం అలవాటు చేయాలి. పిల్లలకు వెన్నతీసిన పాలు, తక్కువ కొవ్వు ఉన్న పాలను ఇవ్వకూడదు.

అనారోగ్యం నుంచి కోలుకున్నాక ఇవ్వాల్సిన ఆహారం:

తల్లిపాలతో పాటుగా త్వరగా అరిగే ఆహారాన్ని పెట్టాలి. పస్తు ఉంచరాదు. కొద్దికొద్దిగా ఆహారాన్ని ఇస్తూ ఉండాలి.

పిల్లలకు తేలికగా ఇవ్వగలిగే ఇండియన్ ఆహారం:

1. కిచిడి: బియ్యం లేదా గోధుమలు 50 గ్రాములు, పప్పు 25 గ్రాములు (ముందే నానబెట్టుకోవాలి), పాలకూర 25 గ్రాములు, ఆయిల్ లేదా నెయ్యి 2 టీ స్పూన్లు కలిపి వండిపెట్టుకోవచ్చు.
2. రైస్ మిల్క్ గంజి: బియ్యం 25 గ్రాములు, బెల్లం 20 గ్రాములు, నీళ్లు, లేదా పాలు కలిపి ఉడకబెట్టుకొని పెట్టాలి.
3. అరటి, వేరుశనగ మిశ్రమం: పండిన అరటి పండు, వేరుశనగ పప్పు 10 గ్రాములు, పాలు కలిపి మిక్స్ చేసి పెట్టుకోవచ్చు.
4. రాగిమాల్ట్
5. పంజిరి: గోధుమపిండి 50 గ్రాములు, బెల్లం 25 గ్రాములు, నీళ్లు కలిపి గుజ్జుగా చేసుకొని బాగా ఉడికించి జావలాగా పెట్టుకోవచ్చు.
6. ఎస్ఎటి మిశ్రమం: బియ్యం పావు కేజీ, గోధుమ పావు కేజీ, బెల్లం అరకేజీ, మినుములు పావు కేజీ.. వీటిని వేయించి పౌడర్ చేసి ఉడకబెట్టి పెట్టుకోవచ్చు.

విద్యార్థులకు వైద్యపరీక్షలు

ప్రజాశక్తి-నాగులుప్పలపాడు

మండల పరిధిలోని ఉప్పుగుండూరు అమరా కష్ణమూర్తి గోగినేని నాగయ్య జిల్లాపరిషత్ హైస్కూల్‌లో ఒంగోలు కిమ్స్ హాస్పిటల్ వారి ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం ఉచిత వైద్య శిబిరం ,నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా 250 మంది విద్యార్థులకు కంటి, రక్తపరీక్షలు నిర్వహించి ఉచితంగా మందులు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంఇఒ ఈమని వెంకట రమణయ్య, సోషల్ వర్కర్ తూబాటి శ్రీకాంత్, డాక్టర్ శ్వేత, డాక్టర్ దీక్షిత, హాస్పిటల ఎగ్జిక్యూటివ్ షేక్ రఫీ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ధర్నాను జయప్రదం చేయాలి

ప్రకాశం-దర్శి

అంగన్‌వాడీల సమస్యలను పరిష్కరించాలని కోరుతూ ఈనెల 10, 11 తేదీల్లో కలెక్టరేట్ వద్ద నిర్వహించే ధర్నాలను జయప్రదం చేయాలని సిఐటియు దర్శి నియోజకవర్గ కార్యదర్శి తాండవ రంగారావు తెలిపారు. మండల పురిధిలోని దర్శి, బొట్లపాలెం, రాజంపల్లి, చందలూరు అంగన్‌వాడీలో సెక్టార్ సమావేశం శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రంగరావు మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్‌రెడ్డి అంగన్‌వాడీలకు ఇచ్చిన హామీలు అమలు చేయకపోవడం అన్యాయమన్నారు. అంగన్ వాడీల సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ కలెక్టరేట్ వద్ద నిర్వహిస్తున్న ధర్నాను జయప్రదం చేయాలన్నారు. కార్యక్రమంలో అచ్చిమాంబ, తిరుపతమ్మ, జయమ్మ, మేరీ ప్రశాంతికుమారి, సుజాత, పద్మ, బాలమ్మ, నాగమల్లేశ్వరి, ప్రశాంతి, నరసమ్మ పాల్గొన్నారు.

సైకిళ్లు అందజేత

ప్రజాశక్తి-దర్శి

దర్శి జిల్లాపరిషత్ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో చదువుతున్న ఆరుగురు విద్యార్థినులకు వైస్ ఎంపిపి సోము దుర్గారెడ్డి, రోటరీక్లబ్ సహకారంతో శుక్రవారం సైకిళ్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు షేక్ ఖాదర్ మస్తాన్‌వలి, విద్యాకమిటీ చైర్మన్ శ్రీనివాసరావు, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

తహాశీల్దారుకు సన్మానం

ప్రజాశక్తి-గిద్దలూరు రూరల్

గిద్దలూరు తహాశీల్దారుగా దుగ్గెంపుడి సీతారామయ్య బాధ్యతలు స్వీక రించారు. అందులో భాగంగా విఆర్‌ఒలు శుక్రవారం తహాశీల్దారును కలిసి పుష్పగుచ్ఛం అందజేశారు. శాలువా కప్పి సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా తహాశీల్దారు మాట్లాడుతూ జగనన్న సురక్ష, స్పందన కార్యక్రమ ద్వారా ప్రజల నుంచి వచ్చిన సమస్యలను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో విఆర్‌ఒలు వైపి. రంగయ్య , వెంకట్రామయ్య , అచ్చయ్య , ఈశ్వర్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

ఓటమి భయంతోనే దొంగ ఓట్లు

- టిడిపి నాయకుల విమర్శ

- కలెక్టరేట్ వద్ద ధర్నా

మాట్లాడుతున్న టిడిపి రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు దామచర్ల జనార్ధన్‌రావు

ప్రజాశక్తి - ఒంగోలు కలెక్టరేట్

అడ్డదారుల్లో మళ్లీ అధికారంలోకి రావటానికి వైసిపి ప్రభుత్వం ప్రయత్నిస్తుందని, ఓటర్ల భారీగా జాబితాలో అవకతవకలకు పాల్పడుతోందని టిడిపి జిల్లా నాయకులు విమర్శించారు. ఓటర్ల మార్పులు, చేర్పుల్లో వైసిపి అరాచకాన్ని నిరసిస్తూ ప్రకాశం భవనం వద్ద శుక్రవారం ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా టిడిపి రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు దామచర్ల జనార్ధన్‌రావు మాట్లాడుతూ 2024 సాధారణ ఎన్నికలకు రూపుదిద్దుకుంటున్న ఓటర్ల జాబితాలో వైసిపి ప్రభు త్వం భారీగా అవకతవకలకు పాల్పడుతోందని విమర్శించారు. నాలుగేళ్ల పాలనలో అభివృద్ధి శూన్యమని, ప్రభుత్వం పై ప్రజల్లో తీవ్ర వ్యతిరేకత ఉందన్నారు. దీంతో అడ్డదారుల్లో మళ్లీ అధికారంలోకి రావాలని వైసిపి ప్రభుత్వం ప్రయత్ని స్తుందన్నారు. వైసిపి అనుకూల ఓటర్లు మరణించినా, వివాహాలు చేసుకుని ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్లిపోయిన వారి ఓట్లను అలాగే ఉంచుతున్నారన్నారు. ఒంగోలు నియోజక వర్గంలో ఒకే ఇంటిలో 144 ఓట్లు ఉన్నాయని తెలిపారు. ఇది ఎలా సాధ్యమని ఎన్నికల అధికారులను ప్రశ్నించారు. వీటిపై తెదేపా నాయకులు ఎన్నిసార్లు ఫిర్యాదు చేసినా తొలగించడం లేదని, ఒకే ఇంటి పేరుతో, ఒకే డోర్ నెంబర్‌తో అక్రమ ఓటర్లను చేర్పించారన్నారు. కొండపి ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ డోలా శ్రీబాలవీరాంజనేయ స్వామి మాట్లాడుతూ వైసిపి ప్రభుత్వంలో దళితులకు రక్షణ లేకుండా పోయిందని, దళిత ఎమ్మెల్యేలపై దాడులు చేయటం దుర్మార్గమన్నారు. దొంగ ఓట్లను అరికట్టాలని కోరారు. టిడిపి జిల్లా అధ్యక్షుడు నూకసాని బాలాజి మాట్లాడుతూ ఒంగోలు నియోజకవర్గంలో అక్రమంగా దొంగ ఓట్లు చేర్చటం దుర్మార్గమన్నారు. ఉన్నతాధికారులు స్పందించి ప్రత్యేక అధికారుల ద్వారా విచారణ చేపట్టి దొంగ ఓట్లను తొలగించాలని డిమాండ్ చేశారు. అనంతరం కలెక్టర్ దినేష్ కుమార్‌కు వినతి పత్రం అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి కనిగిరి నియోజకవర్గ ఇన్‌ఛార్జి డాక్టర్ ముక్కు ఉగ్రనరసింహారెడ్డి, వై.పాలెం ఇన్‌ఛార్జి గూడూరి ఎరిక్షన్ బాబు, గిద్దలూరు ఇన్‌ఛార్జి ముత్తుముల అశోక్ రెడ్డి, కందుకూరు ఇన్‌ఛార్జి ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు, డాక్టర్ మన్నె రవీంద్ర, టిడిపి ఒంగోలు నియోజకవర్గ అధ్యక్షుడు కొఠారి నాగేశ్వరరావు దాయనేని ధర్మ, కామేపల్లి శ్రీనివాసరావు, వై.శశికాంత్ భూషణ్, నావూరి కుమార్, మారేళ్ల వెంకటేశ్వర్లు, మహిళా నాయకులు నాళం నరసమ్మ, రావుల పద్మజ, అనంతమ్మ, ఆర్ల వెంకటరత్నం పసుపులేటి సునీత, కొక్కిలిగడ్డ సునీత, కేశన శేషమ్మ, నిడమానూరి పావని, దాసరి సునీత, మండవ లావణ్య పాల్గొన్నారు.

రిపోర్టర్‌పై దాడి చేసిన వారిపై చర్యలు తీసుకోండి

ఎస్‌పికి ఒంగోలు ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యుల వినతి

ఎస్‌పికి వినతిపత్రం అందజేస్తున్న ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులు

ప్రజాశక్తి - ఒంగోలు కలెక్టరేట్

కొండపి మండలం మిట్టపాలెంలో టివి5 రిపోర్టర్ మామిళ్లపల్లి మల్లికార్జునపై దాడి చేసిన వైసిపి ఇన్‌ఛార్జి అశోక్‌బాబు అనుచరులపై ఎస్‌సి,ఎస్‌టి అట్రాసిటీ కేసు నమోదు చేయాలని ఒంగోలు ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులు డిమాండ్ చేశారు ఒంగోలు ప్రెస్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో జర్నలిస్టులు ఎస్‌పి మలిక గర్గ్‌ను శుక్రవారం కలిశారు. ఈ సందర్భంగా జర్నలిస్టులు మాట్లాడుతూ స్థానికంగా మిట్టపాలెం గ్రామంలో వైసిపి నాయకులు తలపెట్టిన గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యకమంలో ప్రజలనుండి వరికూటి అశోక్ బాబుకు నిరసనలు వ్యక్తమవుతున్న సన్నివేశాలను చిత్రీకరిస్తున్నారనే కక్ష సాధింపు ధోరణితో రిపోర్టర్‌పై తప్పుడు కేసులు బనాయించారన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్‌పి మాట్లాడుతూ ఇప్పటికే తన వద్ద సమాచారం ఉందని. ఈ ఘటన పై సమగ్రవిచారణ జరిపించి జర్నలిస్టులకు న్యాయం చేస్తానని హామి ఇచ్చారు. ఎస్‌పిని కలిసిన వారిలో ఒంగోలు ప్రెస్ క్లబ్ గౌరవాధ్యక్షుడు, టివి 9 స్టాఫ్ రిపోర్టర్ ఫైరోజ్, ప్రెస్ క్లబ్ సెక్రటరీ ఎస్‌వి.బ్రహ్మం, ప్రెస్ క్లబ్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ మీసాల శ్రీనివాస్, రిపోర్టర్ దాసరి కనకయ్య, ప్రెస్ క్లబ్ ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ, టివి 5 స్టాఫ్ రిపోర్టర్ ఎన్.జనార్ధన్, 10 టివి జిల్లా రిపోర్టర్ ఇ.శంకర్, రిపోర్టర్ సురేష్, పి9 ఛానల్ ఎమ్‌డి కిరణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లేగ దూడల ప్రదర్శన

ప్రజాశక్తి-టంగుటూరు

మండలంలోని కారుమంచి గ్రామంలో పశు గణాభివద్ధి సంస్థ (ఏపీఎల్ డిఎ) ఆధ్వర్యంలో లేగ దూడల ప్రదర్శన శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జేడీ డాక్టర్ బేబీరాణి మాట్లాడుతూ లేగ దూడల పెంపకంలో మెళుకువలు, జాగ్రత్తల గురించి వివరించారు. పశు బీమా పథకం ఆవశ్యకత, రాయితీపై గడ్డి విత్తనాల పంపిణీ, మిశ్రమ దాణా పథకం పథకాలపై పాడి రైతులకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పశుగణాభివద్ధి సంస్థ ఒంగోలు ఎగ్జిక్యూటివ్ అధికారి డాక్టర్ షేక్ కాలేషా, ఉపసంచాలకులు డాక్టర్ రమేష్ బాబు, పశుసంవర్ధక శాఖ టంగుటూరు సహాయ సంచాలకులు డాక్టర్ కసుకుర్తి సుధీర్ బాబు, మండల పశుసంవర్ధక శాఖ అధికారి డాక్టర్ వై.ధనలక్ష్మి, డాక్టర్ విజయ మాధవి, డాక్టర్ అనిల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వధూవరులకు ఆశీర్వాదం

ప్రజాశక్తి- జరుగుమల్లి

మండల పరిధిలోని సాధువారిపాలెం గ్రామంలో కాకర్లమూడి ఇస్రాయేలు, విమలమ్మ దంపతుల కుమారుడు శివ వివాహవేడుకలు శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ వేడుకల్లో కొండపి ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ డోలా శ్రీ బాలవీరాంజనేయ స్వామి పాల్గొని నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాలేటిపాడు గ్రామ టిడిపి అధ్యక్షుడు మక్కెన శ్రీనివాసులు, కాకర్లమూడి యోహోను, బంగారయ్య, ప్రభుదాస్, గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉపాధ్యాయులకు వీడ్కోలు

ప్రజాశక్తి - సిఎస్ పురం రూరల్

మండల పరిధిలోని ఉప్పలపాడు ప్రాథమికోన్నత పాఠశాలలో ఉపాధ్యాయులుగా విధులు నిర్వహిస్తూ బదిలీపై వెళ్లిన చంద్ర శేఖర్ , కొండల రావు, రామకష్ణ, సౌజన్యకు శుక్రవారం వీడ్కోలు వేడుకలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వారిని ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంఇఒ ప్రసాదరావు, వైఎస్ ఎంపిపి దుగ్గిరెడ్డి ప్రతాపరెడ్డి, పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు షేక్ నాయబ్ రసూల్, సర్పంచి ఎంబడి ప్రవీణ్ కుమార్, వైస్ ఎంపిపి దుగ్గిరెడ్డి ప్రతాపరెడ్డి, సర్పంచుల సంఘం మండల అధ్యక్షుడు సిహెచ్.రాధాకష్ణారెడ్డి, దుగ్గిరెడ్డి జయరెడ్డి, సిఎస్ పురం ఎంఇఒ- 2 రాజాల కొండారెడ్డి, గ్రామ పెద్దలు బుడే సాహెబ్, ఉపాధ్యాయులు కమ్మనేతి వెంకటేశ్వర్లు, ఖాజా రహంతుల్లా, జెఎస్. ఆనంద్ బాబు, అంతోని, రామయ్య, డి.పున్నమ్మ, తోట శ్రీనివాసులు, పి.మాలకొండయ్య, డి.సుబ్బరాయుడు, హామద్, ఎలిక శ్రీను, సతీష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యుత్ అదనపు ఛార్జీలను రద్దు చేయాలి

సచివాలయం వద్ద నిరసన

ప్రజాశక్తి-ముండ్లమూరు

పశుబీమా పథకంలో నష్టపరిహారం ఇచ్చే బాధ్యతను ప్రభుత్వమే తీసుకోవాలని ఏపీ గొర్రెల,మేకల పెంపకం దార్ల సంఘం జిల్లా కార్యదర్శి తోట తిరుపతిరావు డిమాండ్ చేశారు. మండల పరిధిలోని పూరిమెట్ల గ్రామ సచివాలయం వద్ద గ్రామ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం నిరసన తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా తిరుపతిరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గొర్రెల కాపరుల పట్ల తీవ్ర నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తుందన్నారు. వైఎస్ఆర్ పశు నష్ట పరిహార పథకాన్ని రద్దు చేయడం దుర్మార్గమన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు సమ్మని శ్రీనివాసరావు, వట్టిగొర్ల పాములయ్య, గుమ్మ వెంకట్రావు, వంగల కోటిరెడ్డి, మీసాల ఏడుకొండలు, గుమ్మ గంగయ్య, ప్రసన్న ,సమ్మని రవి, కోడిగ వెంకట్రావు, తోట ఏడుకొండలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగనన్న కాలనీ లేఅవుట్లు పరిశీలన

ప్రజాశక్తి-పొన్నలూరు

పొన్నలూరులోని జగనన్న కాలనీ లేఅవుట్, మండల పరిధిలోని రావులకొల్లు గ్రామంలోని జగనన్న కాలనీ 1, 2 లేఅవుట్లను హౌసింగ్ పీడీ ఈమని పేరయ్య శుక్రవారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా పీడీ మాట్లాడుతూ ఇప్పటికీ గృహ నిర్మాణాలు ప్రారంభించని వారు వెంటనే ప్రారంభించాలన్నారు. ఈ పాటికే నిర్మాణంలో ఇళ్ల నిర్మాణాలను పూర్తి చేయాలన్నారు. అనంతరం గహనిర్మాణ శాఖ సిబ్బందితో సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హౌసింగ్ డిఇ, ఎంపిడిఒ, హౌసింగ్ ఎఇ, సచివాలయ సిబ్బంది, లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

49 పొగాకు బేళ్లు తిరస్కరణ

ప్రజాశక్తి-కొండపి

కొండపి వేలం కేంద్రానికి మండల పరిధిలోని జువ్విగుంట, అయ్యవారిపాలెం, తంగెళ్ల, జాళ్లపాలెం, పీరాపురం, చోడవరం, ముప్పవరం గ్రామాలకు చెందిన రైతులు 591 పొగాకు బేళ్లను అమ్మకానికి తెచ్చారు. అందులో 542 బేళ్లు అమ్ముడు పోయాయి. వివిధ కారణాల చేత 49 బేళ్లను తిరస్కరించారు. కిలో పొగాకు అత్యధిక ధర కిలో రూ.245, అత్యల్ప ధర కిలో రూ.150, సరాసరి ధర రూ.225.59 పైసలు పలికినట్లు వేలం నిర్వహణాధికారి ఎస్.రామారావు తెలిపారు.

పలకలు అందజేత

ప్రజాశక్తి-కనిగిరి

ప్రభుత్వ పాఠశాలల అభివృద్ధికి దాతల సహకారం ఎంతో అవసరమని మండల పరిధిలోని ఏరువారిపల్లి సర్పంచి దమ్ము వెంకటయ్య తెలిపారు. ఏరువారిపల్లి పంచాయతీ పరిధిలోని గంగపాలెం పాఠశాలకు చెందిన విద్యార్థులకు శుక్రవారం పలకలను పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సచివాలయ కన్వీనర్ జగన ,ఉపాధ్యాయురాలు సుధ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేడు ఉచిత వైద్యసేవలు

ప్రజాశక్తి-కనిగిరి

డాక్టర్‌డే సందర్భంగా కనిగిరి పట్టణంలోని సాయికృష్ణ మల్టీస్పెషాలిటీ హాస్పటల్‌లో శనివారం ఉచితంగా వైద్యసేవలు అందిస్తున్నట్లు హాస్పిటల్ నిర్వాహకులు, ఎపి మెడికల్ కౌన్సిల్ మెంబర్ డాక్టర్ పెరుగు మురళీకృష్ణ తెలిపారు. కనిగిరి ప్రాంత ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆయన కోరారు.

నగర పంచాయతీ అభివృద్ధికి కృషి

ఎమ్మెల్యే బుర్రా మధుసూధన్ యాదవ్

ప్రజాశక్తి-కనిగిరి

కనిగిరి మున్సిపాలిటీ అభివృద్ధికి ప్రత్యేక కృషి చేస్తున్నట్లు ఎమ్మెల్యే బుర్రా మధుసూదన్‌యాదవ్ తెలిపారు. మున్సిపల్ కౌన్సిల్ సాధారణ సమావేశం ఛైర్మన్ షేక్ అబ్దుల్ గఫార్ అధ్యక్షతన శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ మున్సిపాలిటీలో నెలకొన్న సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. అధికారులు నగర పంచాయతీలోని సమస్యలను గుర్తించి ఎప్పటికప్పుడు పరిష్కారానికి కృషి చేయాలన్నారు. ఈసమావేశంలో కమిషనర్ నారాయణరావు,మున్సిపల్ సిబ్బంది, కౌన్సిల్ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కలెక్టరేట్ వద్ద ధర్నా

ప్రజాశక్తి - ఒంగోలు కలెక్టరేట్

విద్యుత్ సంస్కరణల పేరుతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజల కళ్ళు కప్పి పెంచిన అదనపు విద్యుత్ ఛార్జీలను వెంటనే రద్దు చేయాలని వామపక్ష పార్టీల నాయకులు ధ్వజమెత్తారు. పెంచిన విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని, స్మార్ట్ మీటర్లు బిగించే నిర్ణయాన్ని వెనక్కి తీసుకోవాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంపుకు నిరసనగా వామపక్షాల ఆధ్వర్యంలో కలెక్టరేట్ శుక్రవారం ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి సిపిఎం ఒంగోలు నగర కార్యదర్శి జి రమేష్, సిపిఐ నగర కార్యదర్శి పివిఆర్.చౌదరి అధ్యక్షత వహించారు. ఈ సందర్భంగా సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి సయ్యద్ హనీఫ్ మాట్లాడుతూ 2014 సంవత్సరంలో వాడుకున్న విద్యుత్ యూనిట్ కు 20 పైసలు 2021 మే నెలలో వాడిన విద్యుత్తు యూనిట్‌కు మరో 20 పైసలు వంతున మొత్తానికి ఒక్క యూనిట్‌కి 80 పైసలు చొప్పున పెంచారన్నారు. జనం నెత్తిన బండ మోపిన విధానాలను కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల మొండి వైఖరిని విడనాడాలన్నారు సర్దుబాటు చార్జీల పేరుతో మళ్లీ ప్రజలపై విద్యుత్తు భారాన్ని మోపేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సన్నద్ధమవుతుందన్నారు. పెంచిన విద్యుత్ ఛార్జీలు, స్మార్ట్ మీటర్లు బిగించే నిర్ణయాన్ని వెనక్కి తీసుకోవాలన్నారు. సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి నారాయణ మాట్లాడుతూ 2020 విద్యుత్ సంస్కరణ బిల్లులను బిజెపి పాలిత రాష్ట్రాలతో పాటు 11 రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు వ్యతిరేకిస్తుంటే జగన్ ప్రభుత్వం మాత్రం వాటిని అమలు చేసేందుకు ఉవిళ్లూరుతుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ(ఎంఎల్) న్యూడెమోక్రసీ రాష్ట్ర నాయకులు చిట్టిపాటి వెంకటేశ్వర్లు, సిపిఐ(ఎంఎల్) జిల్లా కార్యదర్శి ఎస్.లలిత కుమారి, సిపిఎం రాష్ట్ర కమిటీ నాయకులు జాలా అంజయ్య, జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు జివి.కొండారెడ్డి, చీకటి శ్రీనివాసరావు, జి.శ్రీనివాసులు, పి.కల్పన, తంబి శ్రీనివాసులు, శ్రీరామ శ్రీనివాసరావు, సిహెచ్ వినోద్, కెఎఫ్ బాబు, సిపిఐ నాయకులు ఉప్పుటూరి ప్రకాష్ రావు, సర్దార్ ,కొత్తకోట వెంకటేశ్వర్లు సుభాన్ నాయుడు , వెంకటేశ్వర్లు ,వెంకట్రావు, కారుమూడి నాగేశ్వరరావు ,కైలా అజయ్ నరసింహం, కొంగర నరసింహం పాల్గొన్నారు. **కొండపి :** విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు కంకణాల ఆంజనేయులు డిమాండ్ చేశారు. విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని కోరుతూ వామపక్షాల ఆధ్వర్యంలో తహశీల్దారు కార్యాలయం వద్ద ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆంజనేయులు మాట్లాడుతూ 2000 సంవత్సరంలో విద్యుత్ సంస్కరణలకు వ్యతిరేకంగా వామపక్షాల ఆధ్వర్యంలో మహత్తర ఉద్యమం సాగినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ నాయకురాలు ఆర్.లక్ష్మి, సిపిఐ ఎంఎల్ న్యూడెమోక్రసీ నాయకడు నాగరాజు, సిపిఎం మండల కార్యదర్శి కెజి.మస్తాన్, ప్రగతి శీల మహిళా సంఘం నాయకురాలు ఎస్.భారతి, సిపిఐ ఎంఎల్ నాయకుడు గొల్లపల్లి వెంకట్రావు, అఖిల భారత రైతు కూలీ సంఘం జిల్లా కోశాదికారి చంద్రశేఖర్, ఎం.వెంకటేశ్వర్లు, కోటేశ్వరమ్మ, బండి రమణయ్య, సిపిఎం నాయకులు కాలే మల్లికార్జునరావు, వై.రూబెన్, జి.వందనం, గడ్డం పిచ్చియ్య, పెరికల ఆదా, ఏడుకొండలు, సిపిఐ నాయకులు సుశీల, ఈశ్వరమ్మ, వెన్నూరు శాఖా కార్యదర్శి పరంకుశ శ్రీధర్‌బాబు, దేపూరి బ్రహ్మయ్య ,నల్లగొండ బ్రహ్మయ్య పాల్గొన్నారు. **ముండ్లమూరు :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ సిపిఎం ఆధ్వర్యంలో విద్యుత్ సబ్ స్టేషన్ వద్ద ధర్నా నిర్వహించారు. అనంతరం ఎఇ భూరాజుకు వినతి పత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కార్యదర్శి వెల్లంపల్లి ఆంజనేయులు, బోడపాటి హనుమంతరావు, పంటా ఏడుకొండలు, యర్రయ్య, గంగినేని సత్యం మేకల హనుమంతరావు పాల్గొన్నారు. **హనుమంతునిపాడు :** విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని కోరుతూ తిమ్మారెడ్డిపల్లి విద్యుత్ సబ్‌స్టేషన్ వద్ద నిరసన

మార్కాపురంలో ధర్నా నిర్వహిస్తున్న నాయకులు

శింగరాయకొండలతో ధర్నా నిర్వహిస్తున్న నాయకులు

తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు బడుగు వెంకటేశ్వర్లు. కవిపిఎస్ మండల కార్యదర్శి కత్తి ఏబు, రాములు, వెంకటేశ్వర్లు, సుబ్బులు, డేవిడ్, నారాయణ, కాంతారావు పాల్గొన్నారు. **.సిఎస్.పురం :** విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని కోరుతూ స్థానిక బస్టాండ్ సెంటర్ వద్ద ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కమిటీ సభ్యులు ఎస్.తిరుపతిరెడ్డి. ఊసా వెంకటేశ్వర్లు, నరశింహులు, పోలయ్య, లక్ష్మయ్య, వెంకటయ్య పాల్గొన్నారు. **దొనకొండ :** విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని కోరుతూ ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కార్యదర్శి కార్యదర్శి చిరుపల్లి అంజయ్య, నాయకులు కుందుర్తి అనీల్, కోలా కిరణ్‌కుమార్, రామయ్య, మేళం ఉదయ్, మేళం సంతోష్‌కుమార్, మాలపోలు అంజిబాబు, బండారు శ్రీకాంత్, జాలయ్య, సుబ్బయ్య పాల్గొన్నారు. **.శింగరాయకొండ :** విద్యుత్ చార్జీలు తగ్గించాలని, స్మార్ట్ మీటర్లు ఏర్పాటును నిలుపుదల చేయాలని ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ స్మార్ట్ మీటర్లు బిగించడం వల్ల కలిగే నష్టాల గురించి ప్రజలకు వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం నాయకులు టంగుటూరి రాము, టి.రామ్మూర్తి, పేముల బాబూరావు, పడిదపు రవికుమార్, అశోక్, సిపిఐ నాయకులు కె.వీరారెడ్డి, బాలాజీరెడ్డి, సిపిఐ ఎంఎల్ న్యూ డెమోక్రసీ నాయకుడు కె.నాంచార్లు పాల్గొన్నారు. **టంగుటూరు :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ స్థానిక బస్టాండ్ సెంటర్‌లో నిరసన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కన్వీనర్ వేసుపోగు మోజెస్, నాయకులు టంగుటూరి రాము, పరిటాల కోటేశ్వరరావు, వెంకట్రావు, ప్రభాకర్, మల్లాల యానాది, కొల్లాబత్తిన శ్రీనివాస్, ఎస్‌కె.మీరాస్, సిసింద్రీ బాబు, అంకయ్య, భాస్కర్, శ్రీను, సుశీల పాల్గొన్నారు. **మద్దిపాడు:** విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని సిపిఎం మండల కార్యదర్శి ఉబ్బా ఆదిలక్ష్మి డిమాండ్ చేశారు. విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ విద్యుత్ సబ్ స్టేషన్ వద్ద శుక్రవారం ధర్నా నిర్వహించారు. అనంతరం ఎఇకి వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం నాయకులు కనుపర్తి సుబ్బారావు, ఉబ్బా వెంకటేశ్వర్లు, వెంకట్రామిరెడ్డి, కాకుమాను సుబ్బారావు, కాశీం, అక్బర్, అనంతలక్ష్మి, కోటేశ్వరరావు, చిన్నా,జ్యోతిరావు సిపిఐ మండల నాయకులు ఈసా రామకోటయ్య, జిల్లా సమితి సభ్యులు మద్దులూరి అంజయ్య, అంజయ్య నగర్ శాఖ కార్యదర్శి అంగలకుర్తి వెంకటరావు ,కొత్తపల్లి శాఖ సహాయ కార్యదర్శి నాతాని కొట్లింగం, కాకి జాలయ్య, పావులూరి అంజయ్య పాల్గొన్నారు. **గిద్దలూరు రూరల్ :** విద్యుత్ ఛార్జీలను సిపిఎం ఆధ్వర్యంలో తమశీల్దారు సీతారామయ్యకు వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం గిద్దలూరు డివిజన్ కార్యదర్శి ఆవులయ్య, నాయకులు డివిఎన్. మూర్తి , నర్సింహులు , థామస్, బాబూరావు లక్ష్మీనారాయణ, మార్కు పాల్గొన్నారు. **కనిగిరి :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ సిపిఎం కనిగిరి పట్టణ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ర్యాలీ, ధర్నా చేపట్టారు. అనంతరం రెవెన్యూ అధికారులకు వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈసందర్భంగా సిపిఎం కనిగిరి ప్రాంతీయ కమిటీ కార్యదర్శి పిసి. కేశవరావు మాట్లాడుతూ పెంచిన విద్యుత్ భారాలను ప్రతిఒక్కరూ ప్రతిఘటించాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు బషీరా, పిచ్చయ్య, కొండలు, పసన్న, మహేంద్ర పాల్గొన్నారు. **పొదిలి :** రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సర్దుబాటు ఛార్జీల పేరుతో ప్రజలకు భారం మోపుతుందని సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి సభ్యులు ఎం. రమేష్ తెలిపారు. విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ ధర్నా నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో సిపిఐ మండల కార్యదర్శి కెవి.రత్నం, సిపిఎం నాయకులు బి.కోటేశ్వరావు, సుబ్బయ్య, శివ, లక్ష్మయ్య పాల్గొన్నారు **పామూరు :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ సిపిఎం, సిపిఐ ఆధ్వర్యంలో నిరసన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ జిల్లా నాయకులు సయ్యద్ మౌలాలి, సిపిఎం మండల కార్యదర్శి కొమ్మలపాటి మాల్యాద్రి ఎఐటికయుసి నాయకుడు మస్తాన్‌రావు, సుబ్బారావు, మోహన్, నరసింహారావు, వెంకటేశ్వర్లు, శంకర్ , రామయ్య, పిచ్చిరెడ్డి వార్డు మెంబర్ షేక్ ఇస్మాయిల్ పాల్గొన్నారు. **మార్కాపురం :** విద్యుత్ చార్జీలను తగ్గించాలని కోరుతూ సిపిఎం, సిపిఐ ఆధ్వర్యంలో విద్యుత్ డివిజనల్ కార్యాలయం ఎదుటధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సిపిఎం పట్టణ కార్యదర్శి డి.సోమయ్య, సిపిఐ ఏరియా కార్యదర్శి అందె నాసరయ్య మాట్లాడారు. విద్యుత్ స్మార్ట్ మీటర్ల ఏర్పాటు ఉప సంహరించుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం నాయకులు డికెఎం. రఫీ, జవ్వాజి రాజు, పి.రూబెన్, షేక్ నన్నెషా, కిరణ్, ఏనుగుల సురేష్‌కుమార్, మహిళా నాయకురాలు రాజేశ్వరి, సిపిఐ నాయకులు షేక్ ఖాశిం, చిత్తారి పెద్దన్న, గుండాల కాశయ్య పాల్గొన్నారు. **చీమకుర్తి :** విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని కోరుతూ సిపిఎం మండల కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ర్యాలీ నిర్వహిం చారు. అనంతరం బస్టాండ్ సెంటర్ వద్ద ధర్నా నిర్వహిం చారు. ఈ సందర్భంగా సిపిఎం మండల కార్యదర్శి పూసపాటివెంకటరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర పెంచిన విద్యుత్ భారాలను అందరూ ప్రతిఘటించాలన్నారు. సర్దుబాటు ఛార్జీలు,స్మార్ట్ మీటర్ల విధానాన్ని రద్దు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కమిటీ నాయకులు పల్లాపల్లి ఆంజనేయులు, క్రిష్టిపాటి చిన్నపురెడ్డి, మండల నాయకులు కొల్లూరి వెంకటేశ్వర్లు, పులి ఓబులురెడ్డి, కుమ్మిత శ్రీనివాసులరెడ్డి, సిహెచ్ కొండయ్య, సభ్యులు విజయ్, వెంకటేశ్వర్లు, శంకర్, కనకరాజు, కొల్లూరి అక్కయ్య, దాసు, గోవిందు పాల్గొన్నారు. **దర్శి :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ తహశీల్దారు కార్యాలయం వద్ద నిరసన తెలిపారు. అనంతరం తహశీల్దారు వెంకటేశ్వర్లుకు వినతిపత్రం అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ దర్శి నియోజకవర్గ కార్యదర్శి మాడపాకుల రమేష్, పట్టణ కార్యదర్శి జూపల్లి కోటేశ్వరరావు, నాయకులు కె. హనుమంతరావు, ఆంజనేయులు, అరుణ పాల్గొన్నారు. **తిపురాంతకం :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ తశీల్దారు కార్యాయలం ఎదుట ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సిపిఎం జిల్లా కమిటీ సభ్యులు బి.రఘురాం మాట్లాడతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజల కళ్లు గప్పి దొడ్డిదారిన సర్దుబాటు ఛార్జీల ప్రజలపై భారం మోపుతుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం, సిపిఐ నాయకులు రాజారామయ్య, దేవెండ్ల శ్రీనివాస్, దమ్ము చెన్నకేశవులు, మన్నే సాంబ శివరావు, నాగేశ్వరరావు, తాళ్ళూరి లింగేశ్వరావు, ఏల్పుల పెద వెంకయ్య పాల్గొన్నారు. **కొత్తపట్నం :** విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని కోరుతూ తహశీల్దారు కార్యాలయం ఎదుట ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కార్యదర్శి ఎస్. స్వామిరెడ్డి, సిపిఐ మండల కార్యదర్శి వి.శ్రీరాములు రెడ్డి, నాయకులు పి. ప్రకాశం, పి. రవి, వెంకటేశ్వర్లు, కె.కోటేశ్వరరావు, పి. కృష్ణ, కె. ఆంజనేయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చీమకుర్తిలో ధర్నా నిర్వహిస్తున్న నాయకులు

కొండపిలో ధర్నా నిర్వహిస్తున్న నాయకులు

పామూరులో ధర్నా నిర్వహిస్తున్న నాయకులు

విద్యుత్ ఛార్జీల పెంపుపై పెల్లుబికిన నిరసన

పలుచోట్ల ధర్నాలు, ప్రదర్శనలు నిర్వహించిన వామపక్ష శ్రేణులు

ప్రజాశక్తి-చీరాల

పెంచిన విద్యుత్తు చార్జీలకు నిరసనగా చీరాల విద్యుత్తు డివిజనల్ కార్యాలయం ఎదుట వామపక్షాలు, రాజకీయ పార్టీలు, ప్రజాసంఘాల ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం ఆందోళన కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా డీఈఈ శ్రీనివాసరావుకు నాయకులు వినతిపత్రం అందజేశారు. అనంతరం పలువురు నాయకులు మాట్లాడారు. దేశంలో ఎక్కడాలేని విధంగా సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి విద్యుత్తు చార్జీలు పెంచారని ఆరోపించారు. ముఖ్యంగా రాష్ట్రంలో వైసీపీ ప్రభుత్వం ఏర్పడి నాటినుంచి ఇప్పటి వరకు 8 సార్లు విద్యుత్తు చార్జీలు పెంచారంటే ప్రభుత్వం తీరును ప్రజలు అర్థం చేసుకోవాలన్నారు. పాదయాత్రలో తాము అధికారంలోకి వస్తే విద్యుత్తు చార్జీలను పూర్తిగా అదుపులోకి తెస్తామని హామీనిచ్చిన సీఎంకు ఆ హామీలు గుర్తుకు రావా అని ప్రశ్నించారు. ఇక బిజెపి పాలిత రాష్ట్రాలు సైతం స్మార్ట్ మీటర్ విధానాన్ని పక్కన పెడితే కేవలం లబ్ది కోసం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి స్మార్ట్ విధానం ఏపీలో ప్రవేశ పెట్టారన్నారు. ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కళ్లు తెరిచి విద్యుత్తు చార్జీలను వెంటనే తగ్గించాలని డిమాండ్ చేశారు. ట్రూ అప్ చార్జీలను పూర్తిగా రద్దుచేయాలని, స్మార్ట్ మీటర్ల విధానాన్ని ఉపసంహరించుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. కార్యక్రమంలో నాయకులు శామ్యూల్, వెంకట్రావు, బాబూరావు, శివరాంప్రసాద్, వెంకటేశ్వర్లు, రవికుమార్, విజయ్, జిలాని తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అద్దంకి: రాష్ట్రంలో విద్యుత్ చార్జీలను ముఖ్యమంత్రి అనేకసార్లు పెంచి బడుగు, బలహీన, మధ్యతరగతి కుటుంబాల వారిని ఆర్థికంగా దోచుకుంటున్నారని సిపిఎం నాయకులు తంగిరాల వెంకటేశ్వర్లు అన్నారు. శుక్రవారం వామపక్షాల పిలుపు మేరకు సిపిఎం, సిపిఐ కార్యకర్తలు నాయకులు విద్యుత్ భారాలను తగ్గించాలని ధర్నా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా తంగిరాల వెంకటేశ్వర్లు మాట్లాడుతూ సామాన్యుడికి వచ్చే విద్యుత్ బిల్లును చూస్తే గుండెలు ఆగిపోతున్నాయని అన్నారు. ఇప్పటికైనా ప్రభుత్వం ఆలోచించి ధ్రువపు చార్జీలు, సర్దుబాటు చార్జీలను వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. సిపిఐ నాయకులు కెల్లి ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ విద్యుత్తు బిల్లు ముట్టుకుంటేనే షాక్ కొట్టే విధంగా ఉన్నాయన్నారు. అనంతరం విద్యుత్తు బిల్లులను దగ్ధం చేసి నిరసన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిఐటియు నాయకులు జి వెంకట్రావు, పి ఆదాం వెంకటేశ్వర్లు, శ్రీనివాసరావు, రామాంజనేయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఫోటోరైటప్స్-వేటపాలెం సెంటర్‌లో విద్యుత్ చార్జీలు తగ్గించాలని ర్యాలీ నిర్వహిస్తున్న వామపక్షాల నాయకులు పెంచిన విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలి.

వేటపాలెం: పెంచిన విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలంటూ వామపక్షాల ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ ర్యాలీ స్థానిక పట్టణ పురవీధుల్లో కొనసాగించారు. ఈ ర్యాలీ అనుమల్లిపేట నుంచి చిన్నబజారు మీదుగా గడియార స్తంభం సెంటర్ వరకు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు వక్తలు మాట్లాడుతూ పెంచిన విద్యుత్ ధరల వలన సామాన్యుల నడ్డి విరిచినట్లుగా ఉందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం నాయకులు మచ్చా అయ్యప్పరెడ్డి, కర్రి ఆంజనేయులు, సిపిఐఎంఎల్ నాయకులు వార్తి కోట సుబ్బారావు, ఎటిఎఫ్‌టియు నాయకులు పింజల భూషణబాబు, ప్రజాతంత్ర కార్మిక సంఘం నాయకులు లేళ్ల రమేష్, పసుమర్తి చంద్రమౌళి, గుత్తి హనుమంతరావు, భారతీయ కిసాన్ యూనియన్ లోహియా పాల్గొన్నారు.

సంతమాగులూరు: పెంచిన విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించాలని, స్మార్ట్ మీటర్ల బిగించే ఆలోచన ఉపసంహరించుకోవాలని సిపిఐ మండల సమితి ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం సంతమాగులూరు విద్యుత్ స్టేషన్ కార్యాలయం ముందు ధర్నా చేశారు. ఈ ధర్నా ఉద్దేశించి సిపిఐ మండల కార్యదర్శి మల్లెల ఏసోబు, షేక్ ఖాదర్‌బాషా మాట్లాడారు. ప్రజల ఆదాయాలకు చిల్లులుపడే విధంగా కార్పొరేట్ శక్తులకు దోచి పెట్టే విధంగా కరెంటు చార్జీలు పెంపుదల ఉందన్నారు. వెంటనే పెంచిన విద్యుత్ ఛార్జీలను తగ్గించి, స్మార్ట్ మీటర్లకు స్వస్తి చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. ధర్నాకు ముందుగా ప్రభుత్వ విద్యుత్ సంస్కరణలను వ్యతిరేకిస్తూ బస్టాండ్ సెంటర్ నుంచి విద్యుత్ స్టేషన్ వరకు ర్యాలీ నిర్వహించారు. అనంతరం సబ్ ఇంజనీర్‌కు వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు అద్దంకి నాగేశ్వరరావు, రమణయ్య, ముస్తఫా, ధనమ్మ, నాగూర్‌వలి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చీరాల డిఇ కార్యాలయం వద్ద ధర్నా చేస్తున్న నాయకులు, ప్రజలు

అద్దంకిలో అధికంగా వచ్చిన విద్యుత్ బిల్లులను తగలబెడుతున్న నిరసనకారులు

సంతమాగులూరులో..

వేటపాలెంలో..

కొల్లూరు ఎస్ఐగా రాజ్యలక్ష్మి

ప్రజాశక్తి-కొల్లూరు

కొల్లూరు ఎస్ఐగా జి రాజ్యలక్ష్మి గురువారం రాత్రి బాధ్యతలు తీసుకున్నారు. ఈమె పల్నాడు జిల్లా వినుకొండ పట్టణ పోలీస్ స్టేషన్లో ఎస్ఐగా విధులు నిర్వహిస్తూ బదిలీపై కొల్లూరు వచ్చారు. ఇక్కడ పనిచేసిన ఎస్ఐ శామ్యూల్ రాజీవ్ కుమార్ బదిలీపై పల్నాడు జిల్లా వెళ్లారు. ఈ సందర్భంగా నూతన ఎస్ఐ మాట్లాడుతూ శాంతిభద్రతల విషయంలో ఎలాంటి రాజీపడే ప్రశ్న లేదని అన్నారు. ముఖ్యంగా కోడిపందాలు, పేకాట స్థావరాలపై దృష్టి పెడతానని ఆమె అన్నారు.

ఈపూరులో గడప గడపకూ..

ప్రజాశక్తి-కొల్లూరు

కొల్లూరు మండల పరిధిలోని ఈపూరు గ్రామంలో శుక్రవారం సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి మేరుగు నాగార్జున గడప గడపకూ మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో పాల్గొని ఇంటింటికీ తిరిగి సమస్యలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మన ప్రభుత్వం పేదలకు, డ్వాక్రా మహిళలకు రైతులకు అండగా ఉంటుందని, వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసిపిదే విజయమని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైసిపి మండల కన్వీనర్ రామకృష్ణ పాల్గొన్నారు.

ఆంగ్లభాషపై పట్టుండాలి: డాక్టర్ నగేష్

ప్రజాశక్తి-పిట్లలవానిపాలెం

ఉద్యోగ సాధనలో ప్రతి ఒక్కరికీ ఆంగ్ల భాషపై పట్టు ఉండాలని దర్శి ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల అధ్యాపకులు డాక్టర్ నగేష్ అన్నారు. మండలంలోని కెవిఆర్, కెవిఆర్ అండ్ ఎంకెఆర్ కళాశాలలో శుక్రవారం అతిథి ఉపన్యాస కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నగేష్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు ఆంగ్ల భాషలో పట్టు కోసం కొన్ని సూచనలు, సూత్రాలను తెలియజేశారు. కళాశాల జాయింట్ సెక్రటరీ కృష్ణంరాజు మాట్లాడారు. అనంతరం డాక్టర్ నగేష్‌కు చిరు సత్కారం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ శివప్రసాద్, ఆంగ్ల అధ్యాపకులు డాక్టర్ కిషోర్ కుమార్, విద్యార్థినీ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు

భరతమాత కీర్తి కిరీటం.. రాయప్రోలు గీతం

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల రూరల్

ఏ దేశమేగినా ఎందు కాలిడినా పొగడరా నీ తల్లి భూమి భారతిని అనే పాట తెలుగు నాట ప్రతి నోట పాడించిన దేశభక్త కవి రాయప్రోలు సుబ్బారావు అని సాహితీ భారతి అధ్యక్షులు రావూరి నరసింహవర్మ కొనియాడారు. రాయప్రోలు సుబ్బారావు గుంటూరు పెద్దనందిపాడు సమీపంలోని గార్లపాడు గ్రామంలో జన్మించినా బాపట్లలో చాలా కాలం ఉన్నారని తెలియజేశారు. వారు తృణకంకణం, కష్టకమల, తెలుగు తోట, ఆంధ్రావని వంటి గొప్పరచనలు చేశారని పేర్కొన్నారు. సాహితీ భారతి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన రాయప్రోలు సుబ్బారావు 39వ వర్థంతి సభకు రావూరి నరసింహవర్మ అధ్యక్షత వహించారు. ప్రముఖ సాహితీవేత్త ప్రజాకవి వైద్య విద్వాన్ డాక్టర్ ఎస్ శ్రీనివాస్, సాహితీ భారతి కోశాధికారి ఆదం షఫీ మాట్లాడారు. ఈ సభలో మద్రి మాల్యాద్రి రావు, పువ్వాడ వెంకటేశ్వర్లు, ఎం జాకబ్, ఎన్ కృష్ణ, కస్తూరి శ్రీనివాసరావు, బొడ్డపల్లి శ్రీరామచంద్రమూర్తి, రెంటాల మురళి, రాధాకృష్ణమూర్తి, అవ్వారి వెంకటేశ్వర్లు తదితరులు రాయప్రోలు సుబ్బారావు చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులు అర్పించారు.

జగనన్న సురక్ష ద్వారా ప్రజలకు మేలు

ప్రజాశక్తి-భట్టిప్రోలు

ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన జగనన్న సురక్ష పథకం ప్రజలకు ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని మండల ప్రత్యేక అధికారి హనుమంతరావు అన్నారు. మండలంలోని ఐలవరం గ్రామంలో శుక్రవారం జగనన్న సురక్ష పథకంపై ఇంటింటి సర్వే చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం 11 రకాల ధ్రువీకరణ పత్రాలు ఉచితంగా జారీ చేస్తుందన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ మాచర్ల కోటేశ్వరరావు, తహశీల్దార్ డి వెంకటేశ్వరరావు, ఎంపిడిఓ చంద్రశేఖర్ తదితరులు ఉన్నారు.

19న గ్రామ పంచాయతీ ఎంప్లాయిస్ రాష్ట్ర మహాసభ

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల

బాపట్లలో ఈ నెల 19న జరిగే గ్రామ పంచాయతీ ఎంప్లాయిస్ అండ్ వర్కర్స్ యూనియన్ సిఐటియు రాష్ట్ర మహాసభలను జయప్రదం చేయాలని రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి కె ఉమామహేశ్వరరావు పిలుపునిచ్చారు. శుక్రవారం సిఐటియు కార్యాలయంలో జరిగిన గ్రామ పంచాయతీ వర్కర్స్ జిల్లా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. గ్రామాల్లో ప్రతినిత్యం పారిశుధ్య పనులు చేస్తూ ప్రజలకు నిత్యం సేవలందించే గ్రామ పంచాయతీ వర్కర్స్ నూతన జిల్లాల రాష్ట్ర మహాసభలు బాపట్లలో జరుగుతున్నాయన్నారు. ఈ మహాసభలను కార్మికులు, ఉద్యోగులు, ప్రజలు సహకరించి జయప్రదం చేయాలని కోరారు. గ్రామ పంచాయతీ వర్కర్స్ యొక్క సమస్యలపై ఈ రాష్ట్ర మహాసభల్లో చర్చించి రాబోయే పోరాటాలకు ఈ మహాసభల్లో ప్లాన్ రూపొందిస్తామని అన్నారు. సమావేశంలో సిఐటియు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సిహెచ్ మజుందార్, గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా కార్యదర్శి కె శ్రీనివాసరావు, పంచాయతీ యూనియన్ నాయకులు సురేష్, పోతురాజు, బ్రహ్మయ్య, సామ్రాజ్యం పాల్గొన్నారు.

అధిక ధరలకు విత్తనాలు విక్రయిస్తే కఠినచర్యలు

జిల్లా వ్యవసాయాధికారి అబ్దుల్ సత్తార్

ప్రజాశక్తి-పర్చూరు

పర్చూరు సబ్ డివిజన్‌లోని నాలుగు మండలాలలోని విత్తనాలు, ఎరువులు, పురుగు మందుల డీలర్లకు అవగాహన సదస్సు జరిగింది. ఈ సదస్సులో బాపట్ల జిల్లా వ్యవసాయ శాఖాధికారి అబ్దుల్ సత్తార్ డీలర్లను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ ప్రతి డీలరు లైసెన్స్ కలిగి ఉండాలన్నారు. లైసెన్స్ లేకుండా విత్తనాలు, ఎరువులు, పురుగు మందులు అమ్మటం నేరమని తెలిపారు. ప్రతి షాపులో లైసెన్స్ కనబడేటట్లు, వివిధ రేట్లను బ్లాక్ బోర్డు మీద రాయాలని తెలిపారు. డీలర్లు అందరూ కంపెనీల నుంచి మాత్రమే కొనుగోలు చేయాలని సూచించారు. సోర్స్ ఆఫ్ సర్టిఫికెట్స్ ద్వారానే అమ్మాలన్నారు. నిర్ణయించిన రేట్లకు మించి అమ్మితే డీలర్లు మీద కఠిన చర్యలు తీసుకొని లైసెన్సులు రద్దు చేస్తామని హెచ్చరించారు. ఏడిఏ మోహన్‌రావు మాట్లాడుతూ డీలర్లు అందరూ విధిగా స్టాక్ రిపోర్టులు ఇవ్వాలని, ఫామ్ ఓ ఇంక్లూషన్ చేసిన తరువాతే ఎరువులు అమ్మాలని చెప్పారు. సదస్సులో ఏఓ తిరుమలరావు, కోటయ్య, వేణుగోపాల్, రామ్మోహన్‌రెడ్డి, సుధీర్ బాబు పాల్గొన్నారు.

చేతివృత్తులతో మహిళలకు ఆర్థిక పురోగతి

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల

మహిళల ఆర్థిక ఎదుగుదల చేతి వృత్తులతో సాధ్యమవుతుందని ఫోరం ఫర్ బెటర్ బాపట్ల కార్యదర్శి పిసి సాయిబాబు అన్నారు. శుక్రవారం క్రిడ్స్ సేవా సంస్థ ఆధ్వర్యంలో బాపట్ల పట్టణంలో దేవుడు మాన్యంలో ఏర్పాటు చేసిన కుట్టులో మూడు నెలల పాటు శిక్షణ పూర్తి చేసుకున్న మహిళలకు ధ్రువీకరణ పత్రాలు అందజేశారు. జిల్లా ఎస్సీ ఎస్టీ విజిలెన్స్ అండ్ మానిటరింగ్ కమిటీ సభ్యులు కట్టా శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు వృత్తి విద్యా కోర్సులు, గృహిణులు చేతివృత్తులు నేర్చుకుంటే తమలో దాగివున్న నైపుణ్యాన్ని మెరుగుపరుచుకోవచ్చని అన్నారు. కార్యక్రమంలో సంస్థ అధ్యక్షులు డేవిడ్‌రాజు, అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త శివపార్వతి, పాల్గొన్నారు.

పెదపాలెంలో శ్మశాన స్థలం కొలతలు ఏర్పాటు

ప్రజాశక్తి-భట్టిప్రోలు

మండలంలోని పెదపులివర్రు గ్రామ పంచాయతీలోని పెదపాలెం గ్రామానికి ఎలాంటి శ్మశాన స్థలం లేకపోవటంతో అధికారులు శుక్రవారం గ్రామంలోని కొంత పోరంబోకు భూమిని కేటాయించేందుకు కొలతలు నిర్వహించారు. మండల తహశీల్దార్ డి వెంకటేశ్వరరావు ఆధ్వర్యంలో సర్వేయర్ శ్రీనివాసరావు భూమికి హద్దులు నిర్ణయించారు. డొంక పోరంబోకుగా ఉన్న ఈ స్థలం శ్మశానానికి కేటాయించేందుకు రంగం సిద్ధం చేస్తున్నట్లు తహశీల్దార్ తెలిపారు.

ప్రముఖ వైద్యులు హృదయనాథ్‌కు సన్మానం

ప్రజాశక్తి-పంగులూరు

ప్రముఖ వైద్యులు, డాక్టర్ హృదయనాథ్‌ను తక్కెళ్లపాడు శ్రీమాన్ శ్రీనివాస నృసింహ తాతాచార్యులు అయ్యగారు ఘనంగా సన్మానించారు. మండలంలోని తూర్పు తక్కెళ్లపాడు గ్రామంలో మంగళవారం ఆపదోద్ధారక కోదండరామస్వామి దేవాలయం ప్రతిష్ఠ జరిగిన విషయం పాఠకులకు తెలిసిందే. శుక్రవారం దేవాలయంలో జరిగిన కళ్యాణ ఉత్సవానికి వందకు పైగా దంపతుల జంటలు పాల్గొన్నాయి. పలువురిని చిన్న అయ్యవారు ఘనంగా సన్మానించారు.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
శ్రీ సాయి కృష్ణ మల్టీస్పెషాలిటీ హాస్పటల్
పామూరు బస్టాండ్ (గవర్నమెంట్ హాస్పటల్ ఎదురు) కనిగిరి-523230,
ఫోన్‌నెం : 08402-273555
స్త్రీల సంబధ వ్యాధులు :
న్యూరాలజీ
ఎముకలు-కీళ్లు
షుగరు
జీర్ణకోశవ్యాధులు
ఎమర్జన్సీ కేసులు
అన్నీ వేళలా చూడబడును
అత్యాధునిక ల్యాబోరేటరీ
డిజిటల్ ఎక్స్‌రే,
సిటిస్కాన్
ఇసిజి, వెంటిలేటర్
సదుపాయం కలదు
లాప్రోస్కోప్ వంటి
అత్యాధునిక పరికరములు,
అంబులెన్స్ సౌకర్యం కలదు.
శ్రీ సాయి కృష్ణ
సిటీస్కాన్ సెంటర్
డాక్టర్ పెరుగు మురళీకృష్ణ
ఏపి మెడికల్ కౌన్సిల్ సభ్యులు
MBBS, MD, C.Diab(Appolo)
Physician, Emergency, Critical Care
Specialist & Diabetologist
డాక్టర్ వై.హరిత
MBBS, DGO
Obestetrician & Gynaecologist

SRI MEGHANA
MEDICALS
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
రిటైర్డ్ ఎంప్లాయిస్ & బేబీకేర్ పై ప్రత్యేక డిస్కౌంట్ సౌకర్యం కలదు
శ్రీ మేఘన మెడికల్స్
ఫోన్ : 08592 - 237577
బేబీకేర్ సర్జికల్స్ మెడిసిన్స్
సెల్ : 98660 34522
24/7 EMERGENCY SERVICE
డిస్కౌంట్ & ఫ్రీ హోమ్ డెలివరి సౌకర్యం కలదు
24/7 EMERGENCY SERVICE
మెడిసిన్స్ విభాగము
సర్జికల్స్ విభాగము
బేబీ కేర్ విభాగము
ఆర్.టి.సి బస్‌స్టాండ్ ఎదురు వెంకటరమణ హాస్పిటల్ ప్రక్కన, ఒంగోలు 08592-237577, 98660 34522
నవభారత్ బిల్డింగ్ ఎదురు దేవి హాస్పటల్ ప్రక్కన, కర్నూల్‌రోడ్, ఒంగోలు 8886414108, 91821 71709
ఎస్.ఎస్.ఎన్ కాలేజి ప్రక్కన మంగమూరు రోడ్, ఒంగోలు 96526 37234, 85010 54108
భాగ్యనగర్ 4వలైను ప్రక్కన రామ్‌నగర్1 వలైను ఎదురు, నెల్లూరు బస్టాండ్, ఒంగోలు 8886414108, 9391622410
నాగరత్న హాస్పటల్ పక్కన, శాంతి థియేటర్‌రోడ్డు చీరాల, బాపట్ల జిల్లా 9465099999,8096908660

అమృత హార్ట్ హాస్పిటల్
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
60 అడుగుల రోడ్, ఒంగోలు, ప్రకాశం జిల్లా.
ఫోన్ : 08592-234419, సెల్ : 73822 99540
www.amruthahearthospital.co.in
డా॥ వై.యస్.ఆర్ ఆరోగ్యశ్రీ హెల్త్ కేర్ ట్రస్ట్
ఈ శాఖల ఉద్యోగులకు క్యాష్‌లెస్ సౌకర్యం కలదు. మరియు అన్ని ప్రముఖ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీల కార్డ్ హోల్డర్స్‌కి క్యాష్‌లెస్ సౌకర్యం కలదు
3D/4D LIVE
ECHO CARDIOGRAPHY
ప్రకాశం జిల్లాలో ఉన్న ఏకైక మరియు మనదేశంలో అతికొద్ది కార్పోరేట్ హాస్పిటల్స్‌లో మాత్రమే అందుబాటులో ఉన్న అత్యాధునికమైన 3D & 4D ఎకో కార్డియోగ్రఫీ ఇప్పుడు మన అమృత లో...
మా వద్ద లభించు అత్యాధునిక వైద్యసదుపాయాలు
యాంజియోగ్రామ్
గుండె ఆపరేషన్లు (బైపాస్ సర్జరీ)
యాంజియోప్లాస్టీ
వాల్వ్ రీప్లేస్‌మెంట్
స్టెంట్
గుండె రంధ్రములకు శస్త్రచికిత్సలు
పర్మినెంట్ పెస్‌మేకర్
క్రిటికల్ కేర్ విభాగము
డా॥ వి.కేశవ
M.D., D.M., (PGIMER).,FACC,FESC
సీనియర్ కార్డియాలజిస్ట్
డా॥ కె.అన్నపూర్ణ
M.B.B.S., DPM
మానసిక వైద్యనిపుణులు

Doctor Day
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
సాయి శశిని
మల్టి స్పెషాలిటి హాస్పటల్
సుందరయ్యభవన్ రోడ్, ఒంగోలు, ప్రకాశం జిల్లా
సెల్ : 7989590201, 8861680788
ఫోన్ : 08592 - 222227
Let us make life healthy
డా. జి. ఉమాపతి చౌదరి
MBBS,D.Ortho, DNB,(Ortho),MNAMS(Ortho),FAGE,
Fellow in Joint Replacement & Arthroscopy(Medanta,New Delhi)
కీళ్ళ మార్పిడి మరియు కీహొల్ సర్జరి స్పెషలిస్ట్, ఎముకలు, కీళ్ళు, వెన్నుముక మరియు నరముల వైద్య నిపుణులు
డా. తేళ్ళ కిరణ్మయి చౌదరి
MBBS,MS (OBG) (KMC, Manipal,Karnakata), FAGE
Fellow In Obstetric ultrasonography(Mediscans, Chennai)
ఇన్‌ఫర్టిలిటి, ప్రసూతి మరియు స్త్రీల వైద్యనిపుణులు, హైరిస్క్‌ప్రెగ్నెన్సీ మరియు లాప్రోస్కోపి స్పెషలిస్ట్
మా హాస్పిటల్ నందు డా॥ వై.యస్.ఆర్ ఆరోగ్యశ్రీ మరియు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు EHS ద్వారా అన్ని రకముల ఎముకలకు సంబంధించిన వ్యాధులకు యాక్సిడెంట్ కేసులకు, ఉచిత కాన్పులు చేయబడును అన్నిరకముల జనరల్ సర్జరీ కేసులు చేయబడును అన్నిరకముల హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ స్కీముల క్యాష్‌లెస్ వైద్య సదుపాయం గలదు
డా. ఎం.మణికిషోర్
MBBS,MD (Gen Medicine)
షుగర్, బి.పి. థైరాయిడ్, ఉబ్బసం, విషజ్వరాలు, పాముకాటు పక్షవాతము, గుండెజబ్బులు, కీళ్ళవాతము పురుగుమందు త్రాగినవారికి వైద్యనిపుణులు
ఆర్థోప్లాస్టీ ఊపిరితిత్తులు కీహొల్ సర్జరీ ఆర్థోపిడిక్స్ ఇన్‌ఫర్టిలిటి
గైనాకాలజి మరియు ఆబ్స్టెట్రిక్స్ పీడియాట్రిక్స్ జనరల్ సర్జరీ ఫిజియోథెరపి
సాయి శశిని మల్టి స్పెషాలిటి హాస్పటల్ యాజమాన్యం మరియు సిబ్బంది

ప్రజాశక్తి

జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవ ప్రత్యేకం

బాపట్ల జిల్లా | 12 పేజీలు | శనివారం 1-7-2023 | advt feature

వైద్య వృత్తి..సేవా నిరతి

ఒకప్పుడు డాక్టరంటే ప్రాణాలు కాపాడే దేవుడు. ఆయుష్షు పెంచే మహాత్ముడు. ఇంటిల్లిపాదికీ స్నేహితుడు. పండుగలకి, పబ్బాలకి ఆహ్వానితుడు. మన సంపదలో భాగస్వామి. మన ఆనందంలో సగభాగం. అన్నీ కలిసి మన డాక్టర్ మహాన్నతుడు! కానీ ఈ మధ్య డాక్టర్లు మనల్ని మోసం చేస్తున్నారేమో, మనకి మాయమాటలు చెప్పి సొమ్ము చేసుకుంటున్నారేమో, మన అమాయకత్వాన్ని వాడుకుంటున్నారేమో అనే అనుమానాలు ఎందుకు పీడిస్తున్నాయి? డాక్టర్ ఏమి చెప్పినా మళ్లీ గూగుల్ సెర్చి చేసుకునో, స్నేహితులతో చర్చించో మాత్రమే ఎందుకు నిర్ణయాలు తీసుకోవలసి వస్తుంది? 9లో

మదర్ థెరిస్సా హాస్పిటల్ - రేపల్లె

చిన్న పిల్లల సంబంధిత ఆధునిక వైద్య సేవలు

మా ప్రత్యేకతలు:

1. నెలలు నిండని మరియు బరువు తక్కువ పుట్టిన పిల్లల కొరకు అత్యాధునిక పరికరాలతో కూడిన NICU సౌకర్యం కలదు.
2. చిన్న పిల్లల్లో వచ్చు ఊపిరితిత్తుల సమస్యలకు CPAP (సీ ప్యాప్) మిషన్ ద్వారా వైద్యం అందించబడును.
3. పుట్టు కామెర్లు - ఫోటోథెరపి ద్వారా నయం చేయబడును.
4. నిమ్ము, ఆస్తమా, ఎలర్జీ, ఫిట్స్, జ్వరాలు మరియు అన్ని రకముల వ్యాధులకు వైద్యం చేయబడును.
5. తట్టు, పొంగు, కామెర్లు, టైఫాయిడ్, నిమ్ము మరియు అన్ని రకముల టీకాలు (వ్యాక్సిన్‌లు) చేయబడును.
6. 24 గం॥లు సెంట్రల్ ఆక్సిజన్‌తో కూడిన నెబులైజేషన్ సౌకర్యం కలదు.
7. 24 గం॥లు అత్యవసర కేసులు చూడబడును.
8. 24 గం॥లు డిజిటల్ X- Ray మరియు కంప్యూటరైజ్డ్ ల్యాబ్ సౌకర్యం కలదు.
9. అన్ని ప్రముఖ ఇన్సూరెన్స్ సంస్థల ద్వారా క్యాష్‌లెస్ వైద్య సౌకర్యం కలదు.

Stay Home Stay Safe

24 HOUR EMERGENCY SERVICE

డా॥ యన్. సునీత
MBBS, M.D., Pediatrics

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
Happy Doctor's Day

ఐకాన్ హాస్పిటల్

ప్రకాశం జిల్లాలోనే విశిష్ట వైద్య సేవలందిస్తూ...
"ఆరోగ్య ప్రదాయినిగా" ఖ్యాతిగాంచిన

డా.శ్రీనివాసరెడ్డి దాట్ల
DNB - Orthopedics/Orthopedic Surgery, MBBS
Spine Surgeon (Ortho), Orthopedist
న్యూరో & స్పైన్ మేజర్ సర్జరీస్ కీ హోల్స్ & సర్జన్

డా.కిరణ్ గొలిమి
M.S(Gen). M.Ch. Urology, NIMS,HYD
కిడ్నీ, మూత్ర సంబంధిత వ్యాధులు నిపుణులు

డా.యస్.నాగశ్రీకాంత్
DNB - General Surgery, MCH Plastic Surgery
ప్లాస్టిక్ మరియు గాస్ట్రిటిక్ సర్జన్

డా.సందీప్.పి
MD(Psychaitry) Vizag KGH
నరములు మరియు మానసిక వైద్య నిపుణులు

డా.నాగార్జున గొట్టిపాటి
MD- (General Medicine), D.M,(Cardiologist)
గుండె సంబంధిత వైద్య నిపుణులు

డా.పేర్ల కావ్య
MBBS, MD(General Medicine)
ఫిజిషయన్ మరియు డయాబెటాలజిస్ట్

డా.మల్లిపెద్ది శరత్
M.D.(General) D.M (Neurology)
మెదడు మరియు నరముల వైద్య నిపుణులు

డా.ఎన్.వెంకటరమణ
MBBS, MS(Gen Surg)
జనరల్ మరియు ల్యాప్రోస్కోపిక్ లేజర్ సర్జన్

అంబులెన్స్ సౌకర్యం కలదు

డా.శంకర్‌శెట్టి కొండలరావు
M.B.B.S, DNB,M.Ch.(Ortho)
Knee & Hip Joint Replacement, Keyhole & Spine Surgeon
మోకాళ్ళ మార్పిడి, తుంటి మార్పిడి, వెన్నెముక సర్జరీ వైద్య నిపుణులు

మసీదు సెంటర్, చీరాల - 523 155 ఫోన్: 08594 - 239239 , 949 096 4131

24 hr EMERGENCY SERVICE

1. యాక్సిడెంట్ మరియు ఎమర్జెన్సీ
2. ఎనస్థీషియాలజి
3. కార్డియాలజి
4. డెర్మటాలజి & కాస్మటాలజి
5. డయాబెటాలజి & ఎండోక్రినాలజి
6. న్యూరాలజి
7. ఫిజియోథెరపి
8. ప్లాస్టిక్ సర్జరి
9. పల్మనాలజి
10. ఆర్థోపెడిక్ - ట్రామా
11. ఆర్థోప్లాస్టీ & ఆర్థోస్కోపి
12. సైకియాట్రీ & క్లినికల్ సైకియాట్రీ
13. స్పైన్ సర్జరి
14. కీహోల్ సర్జరీ & తుంటి మార్పిడి
15. 24 /7 మెడికల్ షాపు (ఫార్మసి)
16. 24 గం॥లు ఐ.సి.యు
17. వార్మర్స్ వెంటిలేటర్
18. డిజిటల్ ఎక్సరే & అడ్వాన్స్ క్లినిక్ ల్యాబ్
19. సెంట్రల్ ఆక్సిజన్
20. సౌకర్యమంతమైన సింగిల్ షేరింగ్
21. రూములు మరియు జనరల్ వార్డు

అనుభజ్ఞులైన డాక్టర్లు మరియు నర్సులు

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

హర్షిణి హాస్పిటల్

BSNL కార్యాలయం వద్ద రేపల్లె - 522265, బాపట్ల జిల్లా,
సెల్ : 9951411100

ఇప్పుడు మన రేపల్లెలో, అత్యాధునిక వైద్య సదుపాయాలతో, అనుభవజ్ఞులైన డాక్టర్లచే కార్పొరేట్ స్థాయి వైద్యసేవలు 24 గంటలు మన అందరి కోసం అందుబాటులోనికి తీసుకొచ్చారు.

మా ప్రత్యేకతలు

- ఎమర్జెన్సీ క్రిటికల్ కేర్ (ఐ.సి.యు.) జనరల్ & లాప్రోస్కోపిక్ సర్జన్ ,గైనకాలజీ
- కార్డియాలజీ, న్యూరాలజీ
- జనరల్ మెడిసిన్,
- ఆర్థోపెడిక్ సర్జరీ
- 24 గంటలు ఫార్మసీ, రక్తపరీక్షలు, ఇ.సి.జి., ఎక్సరీ, ఎమర్జెన్సీ వైద్యసేవలు.
- 24/7 ఎమర్జెన్సీ ఆపరేషన్లు చేయబడును.
- సెంట్రల్ ఆక్సిజన్ మరియు వెంటిలేటర్ సౌకర్యం కలదు..

ఎమర్జెన్సీ కేసులు 24 గంటలు చూడబడును.
అన్ని రకముల ఆపరేషన్లు, గర్భకోశ శస్త్ర చికిత్సలు, లాప్రోస్కోపిక్ ఆపరేషన్లు, ప్లాస్టిక్ సర్జరీలు గర్భిణీ స్త్రీలకు ప్రసూతి వైద్యసేవలు 24 గంటలు అందుబాటులో ఉండెదరు.

ప్రముఖ సర్జన్ మరియు అత్యవసర వైద్య చికిత్స నిపుణులు
డా.రాజశేఖర్, M.B.B.S., M.S., DNB
(అత్యవసర వైద్యం)

డా. D. దుర్గా హరి ప్రసాద్, M.B.B.S., M.D., D.M
(న్యూరాలజీ)
ప్రముఖ నరములు మరియు మెదడుకి సంబంధించిన వైద్య నిపుణులు (ప్రతి గురువారం అందుబాటులో ఉంటారు)

డా. సందీప్ M.B.B.S., M.D.D.M.
(Cardiology).
ప్రముఖ గుండె వైద్యనిపుణులు
(ప్రతి మంగళవారం అందుబాటులో ఉంటారు)

డా. జాన్ షాహీద్, M.S., (Ortho)
ప్రముఖ ఎముకల శస్త్ర చికిత్సల వైద్య నిపుణులు

డా. నీలిమ, M.B.B.S., (DGO)
గైనకాలజీ నిపుణులు

Happy Doctor's Day
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

వైద్యులదినోత్సవం సందర్భముగా బాపట్ల జిల్లాలోని వైద్యులందరికీ డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

డాక్టర్ జి. సుబ్బారావు,
ఎం.బి.బి.ఎస్

హైమా హాస్పిటల్

రామకృష్ణాపురం, చీరాల-523155 , ఫోన్ నెం.08594-233122

మరియు వైద్యశాల సిబ్బంది

కీళ్ల వైద్యానికి కేరాఫ్ పల్స్ హాస్పిటల్

ప్రముఖ ఆర్థోపెడిక్ వైద్యుడు డాక్టర్ రంగనాథ్ తన్నీరు

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

మారుతున్న ఆహారపు అలవాట్లు, జీవన విధాన వల్ల ప్రతి ఒక్కరిలో మోకాళ్ల నొప్పులు సర్వ సాధారణం అయ్యాయని ప్రముఖ ఆర్థోపెడిక్ వైద్యుడు డాక్టర్ రంగనాథ్ తన్నీరు అన్నారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. మోకాళ్ల నొప్పుల సమస్య 90 నుంచి 95 శాతం వరకు అధిక బరువు, కీళ్లవాతం, ఎముకల అరుగుదల (స్థూలకాయం) వల్ల వస్తున్నవే. ఈ క్రమంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా మోకాళ్ల నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం పొందొచ్చు. బరువు తగ్గడం, శారీరక వ్యాయామం, వైద్యులు సూచించిన మందులను క్రమం తప్పకుండా వేసుకోవడం, ఫిజియోథెరపీ చేయించుకోవడం వంటివి పాటిస్తే మోకాళ్ల నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం పొందగలం. అలానే 90 నుంచి 95 శాతం సర్జరీ లేకుండా మందుల వాడకం ద్వారానే మోకాళ్ల సమస్యల నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. ఎన్ని సూచనలు పాటించినా మోకాళ్ల నొప్పులు మాత్రం తగ్గకుంటే వయస్సుతో సంబంధం లేకుండా శస్త్రచికిత్స అవసరం అవుతుంది. ముఖ్యంగా ఎవరైతే అడ్వాన్స్‌డ్ ఆర్థరైటిస్ (స్టేజ్-4లో) ఉన్నవారికి శస్త్రచికిత్స అవసరం. ఈ విధానంలో వివిధ రకాల మోకాళ్ళ శస్త్ర చికిత్సలు నిర్వహిస్తారు. వాటిలో 1. టోటల్ మోకాళ్ల మార్పిడి, 2. పాక్షిక మోకాలి శస్త్రచికిత్స, ఎలైన్మెంట్ సర్జరీ వంటివి మోకాళ్ల చికిత్సలో ఉన్నాయి.

పూర్తి మోకాళ్ల మార్పిడి సర్జరీ

ఇది మోకాళ్ల మార్పిడి సర్జరీలో సర్వసాధారణమైన శస్త్రచికిత్స. దీన్ని 60 ఏళ్ల పైబడిన వారికి, అడ్వాన్స్‌డ్ స్టేజ్‌లో ఉన్నవారికి ఈ శస్త్రచికిత్స చేస్తారు.

పాక్షిక మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స

ఎవరైతే స్టేజ్ -4 ఆర్థరైటిస్‌కు గురయ్యారో అలాంటి వారికే పూర్తిగా మోకాలి మార్పిడి అవసరం ఉంటుంది. అలా కాకుండా ఒకవైపు పాక్షికంగా మోకాళ్లు అరిగిన వారికి మోకాళ్ల పూర్తి ఆపరేషన్ అవసరం లేదు. ఎక్కడైతే పాక్షికంగా అరుగుదలకు గురైన మోకాలి ప్రాంతం వరకే మార్పిడికి అవకాశం ఉంది. దీనినే పాక్షిక మోకాళ్ల సర్జరీ అంటారు. అడ్వాన్స్‌డ్ స్టేజీలో పాక్షిక మోకాళ్ల మార్పిడి విధానం అత్యంత సాధారణ సర్జరీ. ఈ సర్జరీలో రోగికి సహజసిద్ధమైన శస్త్ర చికిత్స నిర్వహించి రోగి తన మోకాలిని ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు ఎలాగైతే ఉందో ఆ స్థితికి మరలా సహజ సిద్ధంగా సర్జరీ ద్వారా తీసుకువస్తారు. ఈ సర్జరీ పూర్తయిన తర్వాత రోగి అత్యంత వేగంగా తన పనులను తాను చేసుకోగలరు.

ఎలైన్మెంట్ సర్జరీ

ఈ ఎలైన్మెన్ సర్జరీలు ఎక్కువగా చిన్న వయసు వారికి, చిన్న వయసులోనే ఎముకల అరుగుదలకు గురైన వారికి చేస్తారు. చిన్నపిల్ల ల్లో దొడ్డికాళ్లున్న వారిలో మోకాళ్ల అరుగుదల ఎక్కువగా ఉంటుంది దానివలన వారిలో మోకాళ్ల నొప్పులు రావడం ప్రారంభమవుతుంది. వాళ్లకి ఎలైన్మెంట్ ఆపరేషన్ ద్వారా ఎముక అమరికను అరుగుదలకు గురవుతున్న స్థానం నుంచి మోకాళ్లపై బరువు తక్కువగా పడే స్థితికి ఎముకను మార్చుతారు. దొడ్డి కాళ్ల నుంచి సర్జరీ అయిన తర్వాత సహజంగా తమ కార్యకలా పాలు చేసుకోవటానికి, చక్కగా కూర్చోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది. అలానే మోకాళ్లపై బరువు తగ్గి అరుగుదలకు గురికాకుండా ఉంటాయి. ఈ విధానాన్ని ఎలైన్మెంట్ సర్జరీ అంటారు. 45 ఏళ్లు దాటిన స్త్రీ, పురుషులు విటమిన్-డి, థైరాయిడ్ బీఎండీ పరీక్ష చేయించుకోవాలి. ధూమపానం, మద్యపానం మానేయాలి. పోషకాహారం తీసుకోవాలి. సూర్యరశ్మి తగిలేలా రోజూ కాసేపు ఎండలో కూర్చోవాలి. సైక్లింగ్, స్విమ్మింగ్ చేస్తే మంచిది. మహిళలు చిన్న చిన్న సమస్యలకే హిస్టరెక్టమీ ఆపరేషన్ల వల్ల భవిష్యత్‌లో ఎముకలు బలహీనమయ్యే అవకాశముంది. వెన్నుపూస జారిపోయి స్పాండిలోలిస్తిసిస్' కాళ్లలో తిమ్మిర్లు వచ్చి నడవలేకపోవడం వంటి సమస్య ఉన్నవారికే వాస్తవంగా ఆపరేషన్ అవసరమవుతుంది. ఒట్టి నడుంనొప్పి ఉన్న వారికి ఆపరేషన్ అవసరం లేదు. తీర ప్రాంతం రేపల్లెలో అత్యాధునిక వైద్య సౌకర్యాలతో గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలకు అత్యంత తక్కువ ఖర్చుతో మెరుగైన వైద్య సేవలు అందిస్తున్నాం. తక్కువ ఖర్చుతో మెరుగైన వైద్యం అందించడమే పల్స్ హాస్పటల్ లక్ష్యం.

పిల్లల బాక్సుల్లో ఏం పెట్టాలి?

స్కూల్స్ మొదలయ్యాయి. ఎదిగే పిల్లలకు ప్రత్యేక ఆహారం కావాలి కదా! వాళ్లకు సంపూర్ణ పోషకాలు అందాలంటే లంచ్ బాక్సులో ఏం సర్దాలి? మన అవసరాలు వేరు. పిల్లల అవసరాలు వేరు. వాళ్లకు క్యాల్షియం, ఐరన్ సహా అన్ని పోషకాలూ తగిన మోతాదులో కావాలి. పిల్లలు స్కూల్లో తినడానికి సర్దే బాక్సులో తప్పకుండా వాటిని అందించాలి. అందులోనూ ఇప్పుడు పిల్లలకు రెండు స్నాక్ బాక్సులు పెడుతున్నారు. వాటి ద్వారా సాధ్యమైనంత బలవర్ధకమైన ఆహారాన్ని ఇవ్వాలి. ఉదయం బ్రేక్‌లో పండ్ల ముక్కలు పెట్టొచ్చు. వెళ్లిన రెండు గంటల్లోనే ఈ మొదటి స్నాక్ బాక్స్ ఖాళీ చేస్తారు కాబట్టి, ఏమాత్రం పాడుకావు. కాసేపటికే భోజనం చేస్తారు కాబట్టి, త్వరగా అరిగినా ఇబ్బంది ఉండదు. ఇక లంచ్‌లో.. ప్రొటీన్, కార్బొహైడ్రేట్స్, కొవ్వులు ఉండేలా చూసుకోవాలి. సోయా పలావ్, రాజ్మాచనా చావల్, పనీర్ పలావ్, పనీర్ రోటీ లాంటివి పెట్టొచ్చు. అంతేకాదు, వారంలో మూడు రోజులు ఆకు కూరలూ ఉండాలి. పుదీనా రైస్, పాలక్ పలావ్, మేతీ రోటీలాంటివి చేయొచ్చు. మల్టీగ్రెయిన్ బ్రెడ్‌లో పనీర్‌ను చిదిమి శాండ్‌విచ్‌లా పెట్టొచ్చు. క్యాబేజీ, బీన్స్‌లాంటి కూరగాయల్ని ఉడికించి ఉప్పు, చాట్‌మసాలా చిలకరించి చపాతీతో రోల్‌లా చుట్టొచ్చు. పప్పు, పెరుగుతో పిల్లలు ఇష్టంగా తింటారు. ఇలాగే, పనీర్ రోల్ కూడా చేసుకోవచ్చు. పెరుగన్నంలో దానిమ్మగింజల్లాంటివి కలిపి పోపు పెట్టినా బాగుంటుంది. నూడుల్స్ ఇష్టపడే వాళ్లయితే మిల్లెట్ నూడుల్స్ ఉత్తమం. ఇలా పిల్లలు ఇష్టపడేలా రకరకాల రూపాల్లో చక్కని పోషకాలను టిఫిన్ బాక్స్‌తో అందించవచ్చు. రెండో స్నాక్ అంటే సాయంత్రం తినే స్నాక్ లేదా బస్ స్నాక్ కోసం డ్రై ఫ్రూట్స్ మంచివి. డ్రై ఫ్రూట్స్ లడ్డు, డ్రై ఫ్రూట్ చిక్కీలాంటివి పెట్టొచ్చు. గుమ్మడి గింజలు, పొద్దుతిరుగుడు గింజల్లో నెయ్యి, మిరియాల పొడి కలిపి లేదా నెయ్యి, బెల్లం పొడి జోడించి అందించవచ్చు.

కాబోయే అమ్మకు కోటి సందేహాలు - సూచనలు

ప్రసూతి మరియు స్త్రీల వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ ఎం లీలా కృష్ణకుమారి, రేపల్లె

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

ఆధునిక కాలంలో చిన్న కుటుంబానికి ప్రాధాన్యత పెరిగి అందరూ ఒకటి లేదా రెండు కాన్పులతో సరిపెడుతున్నారు. అనుకోని అవాంతరాలు ఎదురవకుండా ఒకటి లేదా రెండు ప్రెగ్నెన్సీ/డెలివరీలు మధురానుభూతులుగా మిగలాలని, వాటి గురించిన అవగాహన పెంచుచునేందుకు కృషి చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో ఎదురయ్యే వివిధ రకాల సందేహాలు, వాటికి సమాధానాలు కొన్నింటిని డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా సుస్మిత నర్సింగ్ రేపల్లె డాక్టర్ లీల కృష్ణకుమారి మాటల్లో తెలుసుకుందాం.

గర్భిణులు మొదటిసారి వైద్యులను ఎప్పుడు సంప్రదించాలి?

రావాల్సిన తేదీకంటే నెలసరి ఆలస్యమైనప్పుడు అది ప్రెగ్నెన్సీ అవునా? కాదా? అని నిర్ధారించుకునేందుకు వైద్యులను సంప్రదించాలి. లేదా ఇంట్లో మూత్ర పరీక్ష ద్వారా ప్రెగ్నెన్సీ అని తెలియగానే డాక్టర్ వద్దకు వెళ్లాలి. తద్వారా తల్లి కాబోయే స్త్రీ ఆరోగ్య స్థితిగతులను ప్రాథమికంగా అంచనా వేయడం, పిండం ఎదుగుదలకు అవయవలోపాలు రాకుండా మందులు సూచిస్తారు. తరచూ గర్భస్రావం అయ్యేవారికి గర్భ నిర్ధారణ అయిన వెంటనే గర్భం నిలిచేందుకు అవసరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకునేందుకు వీలవుతుంది.

గర్భిణి మొదటి మూడు నెలల్లో మందులు వాడకూడదంటారు. ఇది ఎంతవరకు నిజం?

మానవ గర్భస్త పిండం అవయవాల పెరుగుదల నిర్మాణం చాలా వరకు మొదటి మూడు నెలల్లో (6-8 వారాల్లో) జరుగుతుంది. వైద్యుల సలహా లేకుండా ఎలాంటి మందులూ వాడకూడదు, వైద్యులు సూచించిన మందులు తప్పనిసరిగా వాడాలి.

ఎన్ని రోజులకోసారి వైద్యులను సంప్రదించాలి?

మొదటి ఏడు నెలల వరకు కనీసం నెలలో ఒకసారి చెకప్ చేయించుకోవాలి. తరువాత బిడ్డ ఎదుగుదల వేగం సంతరించుకుంటుంది. ఏడు, ఎనిమిది నెలల్లో 15 రోజులకు ఒకసారి, తొమ్మిదో నెలలో వారానికి ఒకసారి చెకప్ చేయించుకోవాలి. కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో లేదా హైరిస్క్ ప్రెగ్నెన్సీల్లో వైద్యులు సూచనల మేరకు వెంటవెంటనే చెకప్స్ అవసరం కావొచ్చు.

ఎటువంటి లక్షణాలను నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు?

కడుపులో నొప్పి, రక్తస్రావం, జననేంద్రియాల ద్వారా ఉమ్మ నీరు లీకవడం, బిడ్డ కదలికలు తెలియకపోవడం, విరేచనాలు, కామెర్లు, జ్వరం, దద్దుర్లతో కూడిన జ్వరం, తలనొప్పి, ఫిట్స్ లక్షణాలు ఉంటే సాధారణ చెకప్‌తో సంబంధం లేకుండా అత్యవసరంగా డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి.

ప్రెగ్నెన్సీలో ఎక్స్‌రే, స్కానింగులు సురక్షితమా?

చాలా మందికి తెలుసు ప్రెగ్నెన్సీలో రేడియోషన్ సురక్షితం కాదని. ఎక్స్‌రే, సిటీ స్కానర్లను కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో తల్లి ఆరోగ్య పరిస్థితి దృష్ట్యా పొట్ట వరకు లెడ్ యుప్రాత్తో కవర్ చేసి సిటీ స్కాన్లను చేయొచ్చు. కానీ చాలా వరకు ఎక్స్‌రే, సిటీస్కాన్లను ప్రెగ్నెన్సీలో వైద్యులు సూచించరు. ప్రెగ్నెన్సీలో సురక్షితమైనవి ఆల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్, ఎంఆర్ఐ స్కానింగ్లు వీటి వల్ల రేడియేషన్ ఉండదు. ఆల్ట్రాసౌండ్ శబ్ద తరంగాలు ఆధారంగా పనిచేస్తుంది.

పొద్దున్నే చాయ్ వద్దు..

చాయ్ మన జీవితంలో భాగమైపోయింది. పొద్దున్నే ఓ కప్పు. పేపర్ చదివాక ఇంకో కప్పు. బ్రేక్‌ఫాస్ట్ తర్వాత మరో కప్పు. అలా రోజుకు అరడజను సార్లు సిప్పు చేయాల్సిందే.. మిగిలిన సమయాల్లో ఫర్వాలేదు కానీ, పొద్దున్నే ఖాళీ కడుపుతో తాగడం మాత్రం హానికరమే అంటున్నారు పరిశోధకులు. దీనిలోని కెఫీన్ కారణంగా.. ఎసిడిటీలాంటి సమస్యలు రావచ్చని చెబుతున్నారు. జీర్ణ వ్యవస్థ మీద కూడా ఆ ప్రభావం పడుతుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. శరీరానికి ఉత్తేజాన్ని ఇచ్చే కార్టిసోల్ హార్మోన్ ఉత్పత్తికి ఈ అలవాటు అవరోధం కలిగిస్తుంది. కప్పులకొద్దీ చాయ్ తాగేవాళ్లు సహజంగానే మంచినీళ్లు ముట్టుకోరు. దీంతో ఒంట్లో నీటి నిల్వలు తగ్గిపోతాయి. టీలోని టానిన్స్ అనే రసాయనాలు.. ఒంట్లోని ఐరన్‌ను, క్యాల్షియంను మింగేస్తాయి. అలా పోషక విలువల కొరత కూడా వేధిస్తుంది. తేనీరులోని రసాయనాలు పళ్లమీది ఎనామిల్‌ను దెబ్బతీస్తాయి. దీంతో దంతాల రంగు మారిపోతుంది. అలా అని నిరాశపడాల్సిన పన్లేదు. బ్రేక్‌ఫాస్ట్ తర్వాత నిర్భయంగా టీ తాగొచ్చు. రోజుకు రెండుసార్లు నిర్మొహమాటంగా పుచ్చుకోవచ్చు.

ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో 24 గంటల వైద్యసేవలు

ప్రజాశక్తి-వేటపాలెం

స్థానిక బండ్ల ఆదెమ్మ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో 24 వైద్యసేవలు అందించ నున్నట్లు డాక్టర్ ఎస్‌హెచ్ శ్యామ్‌సన్ తెలిపారు. బుధవారం ఆయన స్థానిక పిహెచ్‌కి వైద్యాధికారిగా బాధ్యతలు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ హాస్పటల్లో అందరి సహాయ సహకారాలతో ఉత్తమ సేవలు అందిస్తానన్నారు. జులై 4వ తేదీ మండల స్థాయిలో సిబ్బందితో సమావేశం నిర్వహించి అందరి సూచనలు, సలహాలు తీసుకొంటాన న్నారు. ఎవరైనా ప్రభుత్వ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వ్యవహరిస్తే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. హాస్పటల్‌కు పూర్తి స్థాయిలో సిబ్బంది ఉన్నారన్నారు. ఇటీవల నిర్మించిన నూతన భవనం కాబట్టి రాత్రి వేళల్లో అత్యవసర సేవలు అందించేందుకు కాల్‌కు అందుబాటులో ఉంటామన్నారు. రాత్రి వేళల్లో నర్సు, వాచ్‌మెన్ అందుబాటులో ఉంటారన్నారు. కాబట్టి ప్రజలు గమనించి అవసరమైనవారు అత్యవసర వేళల్లో వైద్యసేవలు పొందవచ్చని తెలిపారు.

కేర్ డెంటల్‌లో ఆధునిక దంత వైద్యం

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల రూరల్

బాపట్ల జిల్లా కేంద్రంలో అత్యాధునిక దంత వైద్య సేవలు ద్వారా అందిస్తున్నామని కేర్ డెంటల్ అండ్ ఇంప్లాంట్ క్లినిక్ వైద్యురాలు డాక్టర్ సృజన అన్నారు. ప్రారంభించిన నాటి నుంచి రెండు సంవత్సరాలుగా కన్సల్టెంట్ ఫీజు లేకుండా సర్వీస్ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. 9 సంవత్సరాలు వైద్యులుగా హైదరాబాద్ బెంగళూరు వంటి మహానగరాల్లో, సప్తగిరి హ్యాపీ స్మైల్స్ డెంటల్ హాస్పిటల్‌లో పనిచేసిన అనుభవంతో డాక్టర్ సృజన ఆధ్వర్యంలో కేర్ డెంటల్ ఇంప్లాంట్ క్లినిక్‌ను విజయవంతంగా నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. సాధారణంగా వైద్యశాలల్లో మందులు, ఇంజక్షన్లు వంటి వాతావరణం ఉంటుంది. కానీ కేర్ వైద్యశాలను పూర్తి భిన్నమయిన వాతావరణంలో నిర్వహిస్తున్నారు డాక్టర్ సృజన. హాస్పిటల్లోకి అడుగుపెట్టగానే పచ్చని హెర్బల్ మొక్కలు దర్శనమిస్తాయి. పిరమిడ్ ఆకారంలో ఉండే హాస్పిటల్ భవనంలోకి అడుగుపెట్టగానే పాజిటివ్ వైబ్రేషన్ గోచరిస్తుంది. వైద్యశాలకు వచ్చే పేషెంట్లను అన్న అంకుల్ అని సంబోధిస్తూ సొంత వారిలాగా వైద్యం చేస్తారు యువ డాక్టర్ దంపతులు సృజన, సందీప్. ఇక్కడి వాతావరణం ప్రశాంతంగా ఉంది, ఎంతో స్థైర్యాన్ని అందిస్తుందని వైద్యశాలకు వచ్చేవారు చెప్తుంటారు. తమ వైద్యశాలలో ఆధునిక సాంకేతిక ఆర్‌విజీ 5200 పరికరాలు అందుబాటులో ఉన్నాయన్నారు. అలాగే బిఎంఎల్ఎస్ కట్టుడు పళ్లపై 10 సంవత్సరాల గ్యారెంటీ ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు. తమ వైద్యశాలలో పళ్లు తీయుట, పుచ్చిన పళ్లను సిమెంట్ పెట్టుట, బాగా పుచ్చిన పళ్లను పన్ను తీయకుండా రూట్ కెనాల్ ద్వారా చికిత్స నిర్వహిస్తామని అన్నారు. పళ్లు లేని ఖాళీ ప్రదేశంలో పళ్ళను అందంగా అమరు స్తామని చెప్పారు. వైద్యశాల ఆధ్వర్యంలో ఇప్పటి వరకు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పలు ఉచిత మెడికల్ క్యాంపులు నిర్వహించి మందులు ఉచితంగా అందజేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఫిక్స్‌డ్ పళ్లు, తీసి పెట్టుకునే పళ్లు,ఇంప్లాంట్స్ అమర్చుతామని పేర్కొన్నారు. దంతాలు లేనివారికి పళ్ల సెట్టు అమర్చుతామని అన్నారు. దంతాలు శుభ్రపరచుట, నోటి దుర్వాసన అరికట్టుట, రంగు మారిన దంతాలకు ప్రత్యేక చికిత్సలు, చిగుళ్ల సమస్య వలన వదులుగా మారిన పళ్లకు చికిత్స చేస్తామన్నారు. ఎత్తు, వంకర పళ్ళు సరి చేయుట, చిన్నపిల్లల దంత సమస్యలకు ప్రత్యేకంగా చికిత్స నిర్వహిస్తామని చెప్పారు. విరిగిన పళ్లను, దవడలు సరి చేయుట చేస్తామని అన్నారు. దంత సమస్యలు ఉన్నట్లయితే బాపట్ల ఏబీఎం హైస్కూల్ పక్క రోడ్డులో ఉన్న తమ వైద్యశాలలో సంప్రదించాలని సూచించారు.

కేర్ డెంటల్ హాస్పిటల్

డాక్టర్ సృజన

పతంజలి ఉత్పత్తులు-ప్రజారోగ్యంపై ప్రభావం

డాక్టర్ కె శివబాబు, గౌరవాధ్యక్షులు, జనవిజ్ఞానవేదిక, సంగారెడ్డి జిల్లా

ప్రముఖ యోగా గురు రాందేవ్ బాబా నేతత్వంలో నిర్వహించబడుతున్న "పతంజలి ఆయుర్వేద సంస్థ మనదేశంలో పలు రకాల వ్యాధులకు ఔషధాలను విక్రయిస్తున్నది. బిపి, షుగర్, ఆస్తమా, గుండె జబ్బులు, పక్షవాతం, ఊబకాయం, కేన్సర్ వంటి సాంక్రమితేతర, జీవనశైలి సంబంధిత వ్యాధులకే గాక, సాంక్రమిక వ్యాధులైన మలేరియా, టైఫాయిడ్, చికన్‌గున్యా, డెంగ్యూ, కరోనా వంటి వైరల్ వ్యాధులతో సహా పలురకాల వ్యాధులకు సైడ్-ఎఫెక్ట్స్ లేని సహజ సిద్ధమైన విధానంతో చికిత్స పేరిట విస్తృతంగా పతంజలి మందులు చెలామణిలో ఉన్నాయి. పతంజలి యోగ్ పీఠ్ ట్రస్ట్‌కు చెందిన దివ్య ఫార్మశీ ఇలాంటి మందుల విక్రయం ద్వారా 2020-21 సంవత్సరంలో అక్షరాలా రూ.9,783 కోట్లు టర్నోవర్ చేసింది.

మందుల విక్రయంతో పాటుగా పతంజలి ఫుడ్స్ పేరిట నడుస్తున్న ఆహార, కాస్మోటిక్ ఉత్పత్తులు కూడా భారీగా టర్నోవర్ సాధిస్తున్నాయి. ఆవు నెయ్యి (1467 కోట్లు), కేశ్ కాంతి షాంపు (825 కోట్లు), దంత్ కాంతి టూత్ పేస్ట్ (940 కోట్లు), సబ్బు (574 కోట్లు) .. ఇంకా తేనె, బిస్కట్లు, జామ్, కెచప్, డ్రై ఫ్రూట్స్, గోధుమపిండి, పప్పు ధాన్యాలు, తలనూనె, ఫేస్ వాష్, అలోవేరా జెల్, ఆగర్బత్తి, ధూపాలు .. వంటి ఉత్పత్తులను కల్గిన బిజినెస్ సెక్టర్‌లో అతిపెద్ద దిగ్గజంగా ఎదిగింది. పతంజలి మందుల పరిశ్రమతో పాటు ఇవన్నీ కలిపితే సుమారు 30 వేల కోట్లకు పైగా టర్నోవర్ చేస్తున్నట్లు ఆ సంస్థ విడుదల చేసిన లెక్కల ద్వారానే తెలుస్తోంది. కోట్ల మంది ప్రాణాలను బలిగొన్న కరోనాను కూడా మూడు రోజుల్లో నియంత్రించవచ్చుననే ప్రచారంతో "కరోనిల్" మాత్రలను కరోనా సమయంలో పెద్దఎత్తున విక్రయించుకున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో శాస్త్రీయత ఉన్నా లేకున్నా, అత్యంత చాకచక్యంగా, దూకుడుగా ప్రజాకర్షక కాప్షన్లతో కూడిన ప్రకటనల ద్వారా రాందేవ్ బాబా తన వ్యాపారాన్ని విస్తరిస్తున్నారు. తాజాగా కొద్ది సంవత్సరాల నుంచి అల్లోపతి వైద్యంపైన అసంబద్ధమైన వ్యాఖ్యలు చేస్తూ, అశాస్త్రీయ అంశాలతో ప్రకటనలు విడుదల చేస్తూ వివాదాలకు గురవుతున్నారు. కరోనా నేపథ్యంలో కూడా "కరోనిల్" మాత్రల అమ్మకం కోసం కరోనాకు అల్లోపతి వైద్యం వేస్ట్ అనీ, స్టుపిడ్ సైన్స్ అనీ అవాకులు చెవాకులు పేలారు. అనేకసార్లు ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ (ఐ.ఎం.ఏ) జాతీయ సభ్యులు, పలువురు వైద్యనిపుణులు కూడా రాందేవ్ బాబా వ్యాఖ్యలనూ, ప్రకటనలనూ ఖండించారు. అయినప్పటికీ రాందేవ్ బాబా తన వ్యాపార ఎత్తుగడల్లో భాగంగా అల్లోపతి వైద్యంపై కువిమర్శలతో దాడిచేస్తూనే ఉన్నారు. కొద్దినెలల ముందు "పతంజలి వెల్‌నెస్" పేరిట ప్రముఖ జాతీయస్థాయి ఇంగ్లీషు పత్రికలలో సగంపేజీ కల్గిన ప్రకటన విడుదల చేశారు. ఈ ప్రకటనలో పతంజలి మందులతో అనేక వ్యాధుల్ని నయం చేస్తామని, మొత్తానికే మందులు అవసరం లేకుండా వ్యాధిరహితంగా చేస్తామని పేర్కొంటూనే ఆయా వ్యాధులకు అల్లోపతి మందుల ద్వారా చికిత్స జరగకపోగా, అనేక నష్టాలు వాటిల్లుతున్నట్లు, ప్రతి వ్యాధికి సంబంధించిన సమాచారంలో పేర్కొనడం జరిగింది.

ప్రజలలో అతి సాధారణంగా కనబడే బిపి, షుగర్, థైరాయిడ్, కన్ను, చెవి సంబధిత వ్యాధులు, చర్మవ్యాధులు, కీళ్లవ్యాధులు, ఆస్తమా, సంతాన సాఫల్యత, మానసిక వ్యాధులు తదితర వ్యాధులన్నిటినీ పతంజలి వైద్యం ద్వారా నయం అవుతాయని ఆ ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. పైగా ఆ ప్రకటనకు హెడ్డింగ్‌గా "అల్లోపతి ప్రచారం చేస్తున్న అపోహలు" అని పేర్కొన్నారు.

ప్రజలను గందరగోళపరచే ఇటువంటి ప్రకటనల నేపథ్యంలో అల్లోపతి లేదా ఇతర వైద్యవిధానాల ఉపయోగాలు, పరిమితుల గురించి కొన్ని అంశాలు పరిశీలించాల్సి వుంది. ఏ వైద్య విధానం కూడా పరిపూర్ణంగానూ, లోపభూయిష్టంగానూ ఉండదు. అల్లోపతి వైద్యవిధానంలో కూడా కొన్ని మందులకు సైడ్-ఎఫెక్ట్స్ ఉంటాయి. సాధారణంగా అల్లోపతి వైద్యవిధానంలో ఏవైనా వ్యాధులకు చికిత్సగా పేర్కొనబడే ఔషధాలను ప్రజలు వాడేందుకు అనుమతించాలంటే కనీసం మూడు దశల్లో క్లినికల్ ట్రయల్స్ (పోస్ట్ మార్కెటింగ్ దశతో కలిపి నాలుగు దశలు) జరిపి ఆ అధ్యయనాల ఫలితాల్ని ఔషధ నియంత్రణ అథారిటీకి సమర్పించాల్సి వుంటుంది. అవి పరిశీలించబడి అధికారికంగా అనుమతి పొందిన తర్వాత మాత్రమే ఆ మందులు పబ్లిక్ మార్కెట్లోకి విడుదల చేయాల్సి వుంటుంది. ఉదాహరణకు కోట్లాదిమంది ప్రాణాలను కాపాడిన యాంటిబయాటిక్స్, ఇన్సులిన్, యాంటి-మలేరియల్స్, క్షయవ్యాధి మందులు, వ్యాధినిరోధక వేక్సిన్స్, శస్త్రచికిత్సలు వంటివి అల్లోపతి ఆవిష్కరణలే అన్న విషయం ఎవరూ కాదనలేనిది. అంతెందుకు? సాక్షాత్తూ పతంజలి సంస్థలో మరో కీలక భాగస్వామి మరియు రాందేవ్ బాబా అనుంగు మిత్రుడైన ఆచార్య బాలకృష్ణ 2019లో ఫుడ్ పాయిజనింగ్ బారిన పడితే ఎయిమ్స్ (ఆలిండియా ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్)లో చేరి చికిత్స పొందిన విషయం అందరికీ తెలిసిందే. కొన్ని దీర్ఘకాల వ్యాధుల చికిత్సలో అల్లోపతి వైద్యానికి కొన్ని పరిమితులున్నమాట వాస్తవం. కానీ కొన్ని దీర్ఘకాలవ్యాధుల చికిత్సలో అల్లోపతి వైద్యానికి ఉన్న పరిమితులు లేదా కొన్ని అల్లోపతి మందులకు ఉండే సైడ్-ఎఫెక్ట్స్ పట్ల ప్రజలలో ఉన్న భయాలనూ, సందేహాలనూ ఆసరాగా చేసుకుని అసంబద్ధమైన వ్యాఖ్యలతో ప్రకటనలు చేసి తమ ఉత్పత్తులకు మార్కెటింగ్ చేసుకోవడం గర్హనీయం. బిపి, షుగర్, సంతాన సాఫల్యత వంటి వ్యాధులకు మందు గోళీల నుంచి మొదలుకుని ఆవునెయ్యి, తేనె, గోధుమపిండి, సబ్బుబిళ్ల, టూత్ పేస్ట్, ఫేస్‌వాష్ వంటి గృహావసర, సౌందర్యోత్పత్తుల దాకా వేలాది కోట్ల రూపాయల టర్నోవర్ చేసుకుంటున్న పతంజలి వ్యాపార సామ్రాజ్య మనుగడకు వెనుక ప్రభుత్వాల, అధికారుల రాజకీయ, ఆర్థిక స్వార్థ ప్రయోజనాలున్నాయనేది దాగని సత్యం. ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటమాడుతున్న ఇలాంటి అశాస్త్రీయ ఆరోగ్య వ్యాపార ప్రకటనల్ని ప్రజలు, మేధావులు, వైద్యనిపుణులు, ప్రజారోగ్య శ్రేయోభిలాషులు పెద్ద ఎత్తున నిరసించాలి. ప్రభుత్వాలు స్పందించి డ్రగ్స్ అండ్ కాస్మొటిక్స్ చట్టం 1940, మరియు డ్రగ్స్ అండ్ మేజిక్ రెమెడీస్ చట్టం 1954 కింద ఇటువంటి ప్రకటనలపై చర్య తీసుకుని ప్రజల హక్కుల్ని, ఆరోగ్య వ్యవస్థనూ కాపాడాలి.

మతగ్రంథాల పఠనంతో..

గర్భస్థ శిశువులో డిఎన్ఎ మారుతుందా?

డాక్టర్ కె శివబాబు, గౌరవాధ్యక్షులు, జన విజ్ఞాన వేదిక, సంగారెడ్డి జిల్లా

గత కొద్ది సంవత్సరాలుగా మనదేశంలో 'గర్భసంస్కార్' అనే పేరిట గర్భిణులకు శిక్షణ ఇవ్వడం ద్వారా పుట్టబోయే పిల్లలకు దేశభక్తి, స్త్రీలపట్ల గౌరవం, సాంస్కృతిక విలువలు ఏర్పడతాయన్న ప్రచారం, శిక్షణా శిబిరాల నిర్వహణ చోటుచేసుకుంటున్నాయి. ఈ క్రమంలో తాజాగా 2023 మార్చి 5వ తేదీన "సంవర్ధిని న్యాస్" అనే ఒక మత సాంస్కృతిక సంస్థ ఢిల్లీలోని జెఎన్‌యు (జవహర్ లాల్ నెహ్రూ యూనివర్సిటీ) లో "గర్భసంస్కార్" పేరిట ఒక వర్క్ షాప్ నిర్వహించింది. ఈ వర్క్ షాప్‌లో కొందరు గైనకాలజిస్టులు, ఆయుర్వేద వైద్యులు కూడా పాల్గొన్నారు. దేశభక్తి, స్త్రీలపట్ల గౌరవం పెంపొందాలంటే మహిళలు తమ గర్భధారణ సమయంలోనే భగవద్గీత, రామాయణం గ్రంథాలలోని శ్లోకాలు పఠించాలని 'సంవర్ధిని న్యాస్' జాతీయ కార్యదర్శి మాధురి మరాఠే ఉద్బోధించారు. ఈ పఠనం వలన తల్లిగర్భంలోని శిశువుకు భారతీయ సాంస్కృతిక విలువలు అలవడతాయని ఆమె వ్యాఖ్యానించారు. గర్భధారణ సమయంలో ఇలాంటి గీతాలాపన చేయడం వలన గర్భస్థ శిశువులోని డిఎన్ఎ (జన్యువు)లో మార్పులు జరుగుతాయని కూడా కొందరు వక్తలు వ్యాఖ్యానించారు. మరికొందరు వక్తలు సంస్కృత శ్లోకాలు చదవడం వలన తల్లి గర్భాశయం మరియు శిశువు మెదడు ప్రక్షాళన చేయబడతాయని కూడా వ్యాఖ్యానించారు. ప్రతి సంవత్సరం 1000 మంది గర్భిణులకు గర్భసంస్కార్ శిక్షణ జరపాలని హాజరైనవారు తీర్మానించారు.

దేశమంతా గర్భిణులు అవలంబించాలంటూ ప్రవచించబడుతున్న ఈ "గర్భ సంస్కార్" సిద్ధాంతానికి ఉన్న శాస్త్రీయత పరిశీలించాల్సి వుంది. కొన్ని అంశాల ప్రాతిపదికగా దీనికి సమాధానాలు వెతికే ప్రయత్నం చేయాలి.

గర్భస్థ శిశువుకు వినికిడి శక్తి ఎప్పుడు వస్తుంది?

వైద్యశాస్త్ర పరిజ్ఞానం ప్రకారం అండం మరియు శుక్రకణం ఫలదీకరణ చెందిన నాటి నుంచి మొదటి ఎనిమిది వారాలు పూర్తయ్యేసరికి అన్ని ముఖ్య అవయవాలు ప్రాథమికంగా ఏర్పడతాయి. ఈ మొదటి ఎనిమిది వారాల కాలాన్ని "పిండం"గా పరిగణిస్తారు. తొమ్మిదో వారం నుంచి శిశుజననం వరకూ ఉండే కాలాన్ని "శిశువు"గా పరిగణిస్తారు. తల్లి గర్భంలో 22 నుంచి 24వారాల సమయంలో గర్భం బయట తల్లి శరీరంలో రక్తనాళాల్లోని రక్తప్రసరణ, శ్వాస ప్రక్రియ వంటి 'లో ఫ్రీక్వెన్సీ' శబ్దాలను శిశువు వినగల్గడం ప్రారంభమవుతుంది. 25వారాల తర్వాత వినికిడి శక్తి పూర్తిస్థాయిలో అభివృద్ధి చెందే ప్రక్రియ కొనసాగుతుంది.

ఎపిజెనెటిక్స్ అంటే ఏమిటి?

అండం ఫలదీకరణం చెందిన తొలిరోజుల నుంచి పిండ దశ పూర్తయ్యే మొదటి 8వారాల పాటు బాహ్యకారకాల ప్రభావం గర్భంలో ఎదుగుతున్న పిండంపైన ఉంటుంది. ఉదాహరణకు తల్లికి మధుమేహం వ్యాధి లేదా స్థూలకాయం లేదా మానసిక వ్యాధి ఉన్నప్పుడు, తల్లి తినే ఆహారంలో లేదా పరిసర వాతావరణంలో అననుకూల పరిస్థితులు లేదా ప్రమాదకరమైన ఔషధాలు లేదా రసాయనాల ప్రభావం పడ్డప్పుడు పిండంలోని డిఎన్ఎ మిథిలేషన్ వంటి ప్రక్రియలలో మార్పులు జరిగే అవకాశం ఉంది. వీటిని ఎపిజెనెటిక్ మార్పులుగా వైద్యపరిభాషలో పేర్కొంటారు. తత్ఫలితంగా జీన్స్ వ్యక్తీకరణలో జరిగే మార్పుల ప్రభావం శిశువు జనించిన తర్వాత పెరిగి పెద్దయినాక కూడా ఉంటుందని వైద్యశాస్త్ర అధ్యయనాలు పేర్కొంటున్నాయి. ఎపిజెనోమ్ ఫలితంగా జీన్స్ వ్యక్తీకరణలో మాత్రమే మార్పులు జరుగుతాయి తప్పితే డిఎన్ఎ నిర్మాణం (సీక్వెన్స్)లో కాదు అనే విషయం గుర్తించాలి.

శ్లోకాలు లేదా మంత్రోచ్ఛారణ శబ్దాలు శిశువుకు వినపడి ఎపిజెనెటిక్ మార్పులు జరుగుతాయా?

ఫలదీకరణం పూర్తయిన తొలిరోజుల నుంచి మొదటి 8వారాల పిండ దశలోనే బాహ్యకారకాల వలన సంభవించే ఎపిజెనెటిక్ మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయని ఇంతకుముందే తెలుసుకున్నాం. కాబట్టి ఈ దశలోనే జెనెటిక్ ప్రోగ్రామింగ్ పూర్తవుతుంది. గర్భస్థ శిశువు శ్లోకాలు లేదా మంత్రోచ్ఛారణ లాంటి బాహ్య శబ్దాలను వినగల్గడం 25 వారాల తర్వాత మొదలవుతుందని తెలుసుకున్నాం.

వాదన కోసం...

శ్లోకాలు లేదా మంత్రోచ్ఛారణ వంటి బాహ్యశబ్దాల వలన ఎపిజెనెటిక్ మార్పులు జరిగే అవకాశం ఉన్నదని అనుకుందాం. గర్భస్థ శిశువు 25 వారాలు పూర్తయిన తర్వాత మాత్రమే శ్లోకాలు లేదా మంత్రోచ్ఛారణ లాంటి బాహ్య శబ్దాలను వినగల్గినప్పుడు, మొదటి 8వారాలలోపు పూర్తయ్యే ఎపిజెనెటిక్ మార్పులు తర్వాత కాలంలో జరగడం సాధ్యం కాదు కదా! ఆ దశలో బాహ్య శబ్దాలకూ లేదా తల్లి పలుకులకూ, కదలికలకూ స్పందనగా గర్భస్థ శిశువు కదలికలు చోటుచేసుకోవడం మాత్రమే జరుగుతుంది.

మంత్రోచ్ఛారణలు, మత గ్రంథపఠనాలతో దేశభక్తి, స్త్రీల పట్ల

గౌరవం, సాంస్కృతిక విలువలు ఏర్పడతాయా? గర్భశుద్ధి జరుగుతుందా?

దేశభక్తి, స్త్రీల పట్ల గౌరవం, సాంస్కృతిక విలువలు అనే అంశాలు ప్రపంచంలోని అన్ని దేశాలలోనూ, మనదేశంలోనూ అత్యంత ఆవశ్యకం. అలాగే ఈ సద్భావనలు దేశంలోని అన్ని మతాలు, కులాల ప్రజలలో పెంపొందించబడాలి. ఆయా దేశాల్లో నెలకొన్న ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక, లింగ వైరుధ్యాలను బట్టి వ్యక్తుల ప్రతిస్పందనలు రూపొందుతాయి. అలాగే తల్లిదండ్రుల పెంపకం, ఉపాధ్యాయుల బోధనలోని విలువలు, పరిసరాలు, సాహచర్యం ప్రభావం, ఆయా దేశాల్లో అమలయ్యే నియమనిబంధనలు, సాంప్రదాయాలు, చట్టాలు వంటి అంశాలన్నీ వ్యక్తుల సంస్కారం, ప్రవర్తన రూపొందడంలో ముఖ్యపాత్ర వహిస్తాయి.

ఏ దేశంలో అయినా, ఏ మతానికి చెందిన వారైనా, వాళ్ల వ్యక్తిగత విశ్వాసాల వలన ఆయా మతగ్రంథాలను పఠించినప్పుడు, ఆయా పద్యాలు లేదా సూక్తులు ఉచ్ఛరించినప్పుడు వారి మనసు ప్రశాంతంగా ఉండటం, వారికి స్వాంతన కల్గడం సహజమే. ఇంపైన, మధురమైన సంగీతానికి మానసిక అలజడిని తగ్గించే స్వభావం ఉన్నదన్న విషయాన్ని ఎవరూ కాదనలేరు. అందుకే మనం వాడుక పరిభాషలో "సంగీతంలో ఓలలాడారు, పారవశ్యం చెందారు" అంటుంటాము. బాధలు మరచి పారవశ్యం చెందేలా చేయగల్గిన ఏ మతంలోని ఏ ప్రార్థనైనా, ఏ జానపద గీతమైనా, ఏ మెలొడియస్ రాగమైనా సగటు మనిషికి ఉపయోగమే. అందులోనూ విశ్వాసంతో కూడినప్పుడు ఖచ్చితంగా మేలు చేకూరుస్తుంది. మనిషి ప్రశాంతంగా, సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు డోపమిన్, ఎండార్ఫిన్స్ వంటి హార్మోన్లు విడుదలై ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. అంతేకాని ఆ పేరిట మతగ్రంథాలు పఠిస్తే, శ్లోకాలు వల్లిస్తే దేశభక్తి, స్త్రీల పట్ల గౌరవం, సాంస్కృతిక విలువలు ఏర్పడతాయని, డిఎన్ఎలో మార్పులు జరుగుతాయనీ సిద్ధాంతీకరించడం అశాస్త్రీయం, కుట్రపూరితం. దేశస్వాతంత్ర్యం కోసం ప్రాణాల్ని తృణప్రాయంగా అర్పించిన భగత్‌సింగ్, అల్లూరి సీతారామరాజు వంటి అమరవీరులు తమ తల్లి గర్భంలో ఉన్నప్పుడు ఏ గర్భసంస్కారాలు చేయించుకున్నారు? స్త్రీల హక్కుల్ని కాపాడే బిల్లును ఆమోదించనందుకు నిరసనగా కేంద్ర న్యాయశాఖా మంత్రి పదవికి రాజీనామా చేసిన మహనీయుడు బిఆర్ అంబేద్కర్ తల్లి గర్భంలో ఉన్నప్పుడు ఏ మతగ్రంథాల పఠనం గావించారు?

గర్భధారణ సమయంలో ఏం చేయాలని వైద్యశాస్త్రం చెప్తోంది? గర్భధారణ సమయంలో మానసికంగా ప్రశాంతంగా ఉండటం, అవసరమైన మేరకు తేలికపాటి వ్యాయామం చేయడం, చెవులకు ఇంపైన మరియు మృదువైన సంగీతం వినడం, పాజిటివ్ ఆలోచనలు కల్గివుండటం, పజిల్స్ పూరించడం, ప్రకృతిలో గడపడం, మంచి విషయాలు మాట్లాడటం, సమతుల ఆహారం తీసుకోవడం, కాలుష్య రసాయనాలకు, ఔషధాలకు దూరంగా ఉండటం వంటి అన్ని అంశాలు పాటించాలని, తద్వారా తల్లి ఆరోగ్యంతో పాటు శిశువు ఆరోగ్యానికి కూడా సానుకూల ఫలితాలు కల్గుతాయని ఎప్పటి నుంచో వైద్యనిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఇవన్నీ శాస్త్రీయమైనవి అనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. ఇందుకు ఏ మతగ్రంథాల పఠనంతోనూ, గర్భసంస్కారాలతోనూ సంబంధం లేదు.

వ్యక్తి సంస్కారం మరియు ప్రవర్తనలు రూపొందడంలో కీలకమైన అనేక అంశాల్ని కావాలని పక్కకు పెట్టి, రుజువు చేయలేని, శాస్త్రవిజ్ఞాన ప్రాతిపదిక లేని మరియు సంకుచిత భావోద్వేగాలతో మిళితమైన సిద్ధాంతాల్ని ప్రజలందరి పైనా రుద్దడానికి ప్రయత్నించడం వెనుక విభజన రాజకీయ ప్రయోజనాలున్నాయనేది సుస్పష్టం. సైన్సు పురోగతితో స్వేచ్ఛ, సమానత్వం, విశాల దృక్పథం కల్గిన ఆరోగ్యకరమైన సమాజం రావాలని ఆశించే ప్రజాహితులందరూ ఇలాంటి అశాస్త్రీయ తిరోగమన సిద్ధాంతాల్ని తిప్పికొట్టాల్సి వుంది.

కంటి వ్యాధులకు అత్యాధునిక వైద్య సేవలు

ప్రముఖ కంటి వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ డి రాజశేఖర్ రెడ్డి

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

పట్టణంలోని ఫోకస్ ఐ కేర్ హాస్పిటల్ వైద్యశాలలో ఆధునిక పరికరాలతో అత్యాధునిక వైద్యసేవలు అందిస్తున్నట్లు ప్రముఖ కంటి వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ డి రాజశేఖర్‌రెడ్డి తెలిపారు. నూతనంగా ప్రారంభించబడిన ఫోకస్ ఐ కేర్ హాస్పిటల్స్‌లో ప్రపంచ స్థాయి ప్రమాణాలతో, అత్యాధునిక పరికరాలతో కంటి పరీక్షలు, శస్త్ర చికిత్సలు చేస్తామని తెలిపారు. నేత్ర వైద్య సంరక్షణ యొక్క ఫోకస్ ఐ కేర్ హాస్పిటల్ విభాగంలో ఉత్తమ నేత్ర వైద్యులు బలమైన, అధునాతన శస్త్రచికిత్స, పునర్నిర్మాణ పద్ధతులను అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు.

అన్ని రకాల కంటి సమస్యలకు రోగి-కేంద్రీకత నిర్వహణను అందించడానికి మల్టీడిసిప్లినరీ బృందంతో కలిసి పని చేస్తామన్నారు. అత్యాధునిక సాంకేతికత, ఆధునిక పరికరాలు, సాంకేతికతలు, అధునాత న విధానాల ద్వారా అత్యంత సమర్థవంతమైన కంటి సర్జన్ల బృందం తీర ప్రాంతంలో ప్రజలకు అందుబాటులో ఉందన్నారు. వయస్సు-సంబంధిత మచ్చల క్షీణత ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఒక సాధారణ సమస్యగా మారిందన్నారు. ముఖ్యంగా వృద్ధులలో జనాభా వయస్సు పెరిగే కొద్దీ, వృద్ధాప్య సంబంధిత వ్యాధులు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. వృద్ధులైన భారతీయ జనాభాకు కూడా నేత్ర వైద్య సంరక్షణ చాలా ముఖ్యమైనది. ఫోకస్ హాస్పిటల్‌లోని సీనియర్ కన్సల్టెంట్ మరియు అనుభవజ్ఞులైన నేత్ర వైద్యులు అన్ని

ఫోకస్ ఐ కేర్ హాస్పిటల్

రకాల కంటి వ్యాధులను విజయవంతంగా నిర్ధారిస్తారు. ముందుగా గుర్తించినట్లయితే, కంటి వ్యాధులకు సమర్థవంతంగా చికిత్స చేయవచ్చునని కంటి వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ డి రాజశేఖర్ రెడ్డి తెలిపారు.

అతి తక్కువ ఖర్చుతో శుక్లము ఆపరేషన్ చేసి కంటిలో అద్దము అమరుస్తామని తెలిపారు. పిల్లలు, పెద్దలలో కంటి చూపు తగ్గిన వారికి కంప్యూటర్ ద్వారా పరీక్షించి అవసరమైనవారికి కళ్ళజోడు ఇస్తామన్నారు. పిల్లలకు పుట్టుకతో వచ్చిన కంటి సమస్యలకు వైద్యం చేసి కళ్ళజోడు అవసరం లేకుండా కాంటాక్ట్ లెన్సు అమరుస్తామన్నారు. కంటిపై వచ్చే పొర ఆపరేషన్ నిర్వహించి మరల రాకుండా గ్రాఫ్ చేస్తామని, కంటి రెప్పలో వాపు, గడ్డలకు సరైన చికిత్స చేస్తామన్నారు. మెల్ల కన్ను ఆపరేషన్, నీటి కాసులకు పరీక్షలు, చికిత్స అందిస్తామని తెలిపారు. షుగర్ రోగులకు రెటీనా (కంటి నరం) పరీక్షలు, చికిత్స చేస్తామన్నారు. శుక్లము ఆపరేషన్ చేశాక వచ్చే కంటి లోపలి పొరను లేజర్ చికిత్సతో తొలగిస్తామని తెలిపారు. మా రోగులకు సమగ్ర కంటి సంరక్షణ సేవలను అందించడానికి నేత్ర వైద్య నిపుణులు, ఆప్టోమెట్రిస్ట్‌లు, ఆప్టిషియన్స్ ఆప్తాల్మిక్ టెక్నీషియన్‌లు, ఆప్తాల్మిక్ రిజిస్టర్డ్ నర్సు, ఆప్తాల్మిక్ ఫోటోగ్రాఫర్ మరియు ఆప్తాల్మిక్ మెడికల్ అసిస్టెంట్‌లు కలిసి పని చేస్తారని అన్నారు.

కరోనా ఇక సీజనల్ వ్యాధి

కురుస్తున్న వర్షాల నేపథ్యంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి
కోవిడ్ ప్రత్యేక అధికారి డాక్టర్ సముద్రాల రమేష్

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

కోవిడ్ నుంచి బయటపడ్డామని, ఇప్పుడు సీజనల్ వ్యాధులతో పోరాడాలని కోవిడ్ ప్రత్యేక అధికారి డాక్టర్ సముద్రాల రమేష్ అన్నారు. కొత్త వేరియంట్ వస్తే తప్ప కోవిడ్ కథ ముగిసినట్లేనని చెప్పారు. సాధారణ జలుబు, జ్వరం లక్షణాలు ఉంటాయని వివరించారు. కోవిడ్ కూడా ఓ సీజనల్ వ్యాధిగా మారిపోయిందని అన్నారు. లక్షణాలుంటే కేవలం 5 రోజులే క్వారంటైన్‌లో ఉండాలని అన్నారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ప్రజాశక్తి ప్రత్యేక ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడారు.

సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తత అవసరం

ప్రస్తుతం కురుస్తున్న వర్షాలతో వాతావరణం చల్లబడి సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలే ప్రమాదం ఉంది. అందుకే సీజనల్ వ్యాధులను అరికట్టడంపై ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తున్నాం. అన్ని విభాగాలను సమన్వయం చేసుకొని సీజనల్ వ్యాధుల ప్రబలకుండా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ సిబ్బంది ప్రజల్లో అవగాహన పెంచడంతో పాటు అప్రమత్తం చేస్తున్నాం. ఆహారం, నీరు కలుషితం కాకుండా ప్రజలు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ఆహారం, నీరు కలుషితమైతే విష జ్వరాలు ప్రబలే అవకాశముం ది. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. వర్షాకాల సీజన్ కారణంగా ప్రతి ఒక్కరూ ఇంటి పరిసర ప్రాంతాలను శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. మురుగు నీరు నిలువ లేకుండా చేసుకొని, దోమలు వృద్ధి చెందకుండా చర్యలు తీసుకోవాలి. మలేరియా, డెంగ్యూ, టైఫాయిడ్ వంటి సంక్రమిత వ్యాధులపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించేందుకు ర్యాలీలు, సమావేశాలు నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థల సహకారంతో ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరాలు, ఆరోగ్య శిబిరాలు, ఆరోగ్య అవగాహన సదస్సులు నిర్వహిస్తున్నామని అన్నారు. ప్రధానంగా గ్రామాల్లో మహిళలకు ఎదురయ్యే ఆరోగ్య సమస్యలను గుర్తించి వారిలో వైద్యం పట్ల అవగాహన కల్పించేందుకు ఆశా వర్కర్లు, ఏఎన్‌ఎంలు నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నారని తెలిపారు. విష జ్వరాల బారిన పడకుండా ఉండాలంటే గ్రామీణ ప్రాంతాల ప్రజలు దోమ తెరలు వాడాలని, వేపాకు పొగ వేసుకోవాలని సూచించారు. ప్రతి శుక్రవారాన్ని డ్రై డేగా పాటించాలన్నారు. తద్వారా కొంతవరకు వ్యాధులకు దూరంగా ఉండేందుకు అవకాశాలు ఉన్నాయని తెలియజేశారు.

నవజాత శిశువు సంరక్షణకు చిట్కాలు

డాక్టర్ వసంతం వీరరాఘవయ్య, చిన్న పిల్లల వైద్య నిపుణులు, రేపల్లె విఎన్‌ఎం పిల్లల వైద్యశాల, రేపల్లె

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

మీ శిశువు ఎన్నో ఒడిదుడుకులను ఎదుర్కొని, అందమైన చీకటి ప్రపంచం నుంచి చివరగా ఈ సువిశాల ప్రపంచంలోకి అడుగుపెట్టింది. ఆ శిశువుని కంటికి రెప్పలా చూసుకునే భాధ్యత మీదే అవుతుంది. కావున శిశువు రక్షణకై కొన్ని నియమ నిబంధనలను పాటించవలసిన అవసరం మీమీద ఎంతైనా ఉందని చిన్నపిల్లల వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ వసంతం వీరరాఘవయ్య అన్నారు. డాక్టర్స్‌డే సందర్భంగా ప్రజాశక్తితో ప్రత్యేక ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడారు.

మీ ఇంట్లోకి కొత్తగా పసిబిడ్డ వచ్చినందుకు శుభాకాంక్షలు.. ప్రతీ తల్లిదండ్రుల జీవితంలో శిశువు తమ ఇంట్లోకి, జీవితంలోకి అడుగుపెట్టడం అత్యంత సంతోషకరమైన సందర్భాల్లో ఒకటిగా చెప్పుకోవచ్చు. కానీ.. నవజాత శిశువు సంరక్షణ చూసుకోవడం కూడా సవాలే. నవజాత శిశువు బాగోగులు చూసుకోవడం ఉత్తేజకరంగా ఉంటుంది. కానీ అంతేకష్టంగా కూడా ఉంటుంది. కానీ మీరు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. కొన్ని బేసిక్ టిప్స్, గైడెన్స్‌తో, ఎవరైనా తమ పసిబిడ్డ సంరక్షణను నమ్మకంగా చూసుకోవచ్చు. ఈ బ్లాగ్‌లో నవజాత శిశువు సంరక్షణ కోసం గుర్తుంచుకోవాల్సిన కొన్ని ముఖ్యమైన టిప్స్ వివరించాం. అందులో ఫీడింగ్, శుభ్రత, భద్రతా చర్యల గురించి కూడా టిప్స్ ఉన్నాయి. ఇక చదవండి.

శిశువును శుభ్రంగా, పొడిగా ఉంచడం..

న్యాపీ ర్యాష్, చర్మానికి చికాకును నివారించడం కోసం బేబి చర్మాన్ని శుభ్రంగా, పొడిగా ఉంచడం చాలా ముఖ్యం. న్యాపీ మార్చే ప్రతిసారి.. అన్‌సెంటెడ్ అంటే సువాసన లేని బేబి వెట్ వైప్స్‌తో డైపర్ ఏరియాలో క్లీన్ చేయాలి. అవసరమైతే క్రీమ్ అప్లై చేయాలి. చాలామంది తల్లిదండ్రులకు క్లాత్ డైపర్స్ లేదా డిస్పోజబుల్ డైపర్స్ గొప్ప ఆప్షన్‌గా ఉంటాయి. కానీ శిశువుకు చికాకు కలగకుండా ఉండేందుకు తప్పనిసరిగా లైనర్‌ను ఉపయోగించాలి.

బంధం పెంచుకోవడం

శిశువు అభివృద్ధిలో బంధాన్ని పెంచుకోవడం కూడా కీలకమే. పసిబిడ్డను కౌగిలించుకోవడం, మాట్లాడటం, ఆడుకోవడం లాంటి వాటితో బంధాన్ని బలపర్చుకోవచ్చు. అంతేకాదు వారి అవసరాలను గుర్తించి వెంటనే స్పందించడం కూడా ముఖ్యమే. వాళ్లు ఆకలితో ఉన్నా, న్యాపీ మార్చాలన్నా, వీలైనంత త్వరగా స్పందించాలి.

నిద్ర

నవజాత శిశువులు ఎక్కువగా నిద్రపోతారు. అయితే వారి స్లీప్ ప్యాటర్న్‌ని గుర్తించడం, అంచనా వేయడం చాలా కష్టం. వారికి ఎప్పుడు నిద్రపోవాలనిపిస్తే అప్పుడు నిద్రపోనివ్వాలి. కొన్ని గంటలకు ఓసారి నిద్రలేపి పాలు ఇవ్వాలి. బెడ్ టైమ్ రొటీన్ అలవాటు చేయడం ద్వారా శిశువులకు, వారి తల్లిదండ్రులకు రాత్రి వేళలో మంచి నిద్రకు తోడ్పడుతుంది.

ఫీడింగ్

కొత్తగా తల్లయినవారు తల్లిపాలు ఇస్తున్నా లేదా బాటిల్ ఫీడింగ్ చేస్తున్నా ఒక విషయం గుర్తుంచుకోవాలి. శిశువు ఆకలితో ఉన్నప్పుడు ఫీడింగ్ ఇవ్వాలి. మొదట్లో ప్రతి 2 గంటలకు ఓసారి ఫీడింగ్ ఇవ్వాల్సి వస్తుంది. పెరుగుతున్నకొద్దీ కాస్త తక్కువసార్లు ఫీడింగ్ అవసరం అవుతుంది. అప్పుడు రాత్రి సమయంలో ఎక్కువ గంటలు నిద్రపోతుంటారు.

వ్యాధి నిరోధక టీకాలు

నవజాత శిశువుల్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవాల్సి వస్తుంది. పలురకాల వ్యాధుల నుంచి కాపాడాల్సి ఉంటుంది. అందుకే వారికి వ్యాధి నిరోధక టీకాలు ఇవ్వడం చాలా ముఖ్యం. యూఎస్‌లోని శిశువులకు హెపటైటిస్ బీ, రొటావైరస్, డిప్తీరియా, టెటానస్, పెర్టస్సిస్ (కోరింత దగ్గు నివారణ) వ్యాక్సిన్లతో పాటు ఇతర అనారోగ్యాల బారిన పడకుండా టీకాలు ఇస్తుంటారు.

భద్రత

పిల్లలు ఆసక్తిగా, అన్వేషించడానికి ఉత్సాహంతో ఉంటారు. కానీ వారికి ఏది సురక్షితమో, ఏది కాదో తెలియదు. అందుకే ప్రమాదాలను నివారించడానికి బేబి ప్రూఫ్ హోమ్ సిద్ధం చేయాలి. పవర్ సప్లై బోర్డులను కవర్ చేయాలి. మెట్లు ఉంటే కింద, పైన గేట్లు ఉండటం తప్పనిసరి. అన్ని డ్రాయర్స్, కేబినెట్స్ సురక్షితంగా మూసెయ్యాలి.

పోషణపై ఆందోళన

శిశువులకు పోషణ విషయానికి వస్తే, ఆహారం నాణ్యత కన్నా, పరిమాణం ముఖ్యం. శిశువు మొదటి 6 నెలల జీవితంలో తల్లి పాలు పూర్తి ఆహారంగా పరిగణిస్తారు. ఆతర్వాత రెండేళ్ల వరకు తల్లిపాలు కొనసాగిస్తూనే.. ఇతర ఆహార పదార్థాలను అలవాటు చేస్తుండాలి. నవజాత శిశువు సంరక్షణ కోసం ఇది చాలా ముఖ్యమైన అంశం. అంతేకాదు, తల్లి తీసుకునే నాణ్యమైన ఆహారం కూడా పరోక్షంగా శిశువుకు ఇచ్చే తల్లిపాల నాణ్యతపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. ఒకవేళ తల్లి పలు రకాల, పలు పోషకాలు ఉన్న ఆహారం తీసుకోకపోతే.. శక్తి తక్కువగా ఉండటమే కాదు, త్వరగా అలసిపోతుంది కూడా. ఫలితంగా బిడ్డకు పాలు ఇవ్వడానికి ఆసక్తి తగ్గిపోవడమే కాదు, పాలు ఇవ్వడం ఆపే పరిస్థితి కూడా రావొచ్చు.

ఇన్ఫెక్షన్ నియంత్రణ

ఇక నవజాత శిశువుకు ఇన్ఫెక్షన్‌ని నియంత్రించడం కూడా కొత్తగా తల్లయినవారు గుర్తుంచుకోవాల్సిన రెండో ముఖ్యమైన టిప్. నవజాత శిశువుల్లో రోగనిరోధక వ్యవస్థ పూర్తిగా అభివృద్ధి చెందదు కాబట్టి, ఇన్ఫెక్షన్ సోకే ప్రమాదం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. శిశువు దగ్గరకు వచ్చే తల్లిదండ్రులు, పరిచయస్తులు ఎవరైనా చిన్నప్పుడు సాధారణంగా వచ్చే గవదబిళ్లలు, తట్టు, రుబెల్లా లాంటి వ్యాధుల నివారణకు టీకాలు వేసుకున్నారో లేదో నిర్ధారించుకోవాలి. తల్లిదండ్రులు న్యాపీస్ మార్చిన ప్రతిసారి చేతుల్ని శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. పిల్లల్ని దగ్గరకు తీసుకునేప్పుడు కూడా చేతులు కడుక్కోవడం తప్పనిసరి. క్రాస్ ఇన్ఫెక్షన్ తగ్గించడం కోసం డిస్పోజబుల్ న్యాపీస్ ఉపయోగించడం మంచి ఆప్షన్.

డెలివరీ సమయంలో తక్షణ సంరక్షణ

ఇక నవజాత శిశువు సంరక్షణలో నాలుగో టిప్ విషయానికి వస్తే డెలివరీ అయిన వెంటనే తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు కొన్ని ఉంటాయి. బిడ్డ పుట్టిన 24 గంటల్లో పూర్తి శారీరక పరీక్ష చేయించాలి. హార్ట్ రేట్, శ్వాస తీసుకోవడం, ప్రతిచర్యలు, బరువు, ఎత్తు, తల చుట్టుకొలత, సాధారణంగా వచ్చే జన్యుపరమైన రుగ్మతల్ని పరీక్షించడం తప్పనిసరి. నెలలు నిండకుండా లేదా తక్కువ బరువుతో పుట్టిన పిల్లలకు మరింత సమగ్రమైన పరీక్ష అవసరం. జాండీస్, వినికిడి పరీక్షలు చేయించాలి.

ముగింపు

ఇవి కొత్తగా తల్లయినవారు వారి నవజాత శిశువు సంరక్షణ కోసం గుర్తుంచుకోవాల్సిన కొన్ని ముఖ్యమైన టిప్స్. తల్లిదండ్రులకు ఏదైనా అంశంపై స్పష్టత లేనట్టయితే వైద్యసాయం తీసుకోవడానికి ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ వెనుకడుగు వేయకూడదు. ప్రతి తల్లి నవజాత శిశువు సంరక్షణ కోసం తీసుకోవాల్సిన సంరక్షణ చర్యల గురించి తెలుసుకోవడం అవసరం. ఈ ఆర్టికల్‌లో నవజాత శిశువు సంరక్షణ కోసం కావాల్సిన టిప్స్ అన్నింటినీ కవర్ చేయడానికి ప్రయత్నించామని డాక్టర్ వసంతం వీరరాఘవయ్య తెలిపారు.

సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్యసేవలే లక్ష్యం

డాక్టర్ రాజశేఖర్, హర్షిణి హాస్పిటల్, రేపల్లె

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

రేపల్లె హర్షిణి హాస్పిటల్‌లో సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్యసేవలు అందిస్తున్నామని డాక్టర్ రాజశేఖర్ తెలిపారు. రేపల్లె పట్టణంలో బిఎస్ఎన్ఎల్ ఆఫీస్ పక్కన ఈ హాస్పిటల్‌ను నూతనంగా ఏర్పాటు చేసినట్లు చెప్పారు. అత్యాధునిక వైద్య సదు పాయాలతో, అను భవజ్ఞులైన డాక్టర్లతో కార్పొరేట్ స్థాయి వైద్యసేవలు 24 గంటలు మన అందరి కోసం అందుబాటు లోని తీసు కొచ్చామన్నారు. రేపల్లెలో అతి తక్కువ ఖర్చుతో జనరల్, స్పెషాలిటీ వైద్యసేవలు అందిస్తున్నామన్నారు. డయాబెటిస్ (షుగర్), వ్యాధులతోపాటు కార్డియాలజీ, స్త్రీ ప్రసూతి వైద్యం (ఓబిజి), చిన్నపిల్లలు వైద్యం, కంటి వైద్యం అందుబాటులోకి తెచ్చినట్లు తెలిపారు. పాయిజన్ కేసులు, పాముకాటు, తేలుకాటు, - ఎమర్జెన్సీ కేసులు 24 గంటలు చూడబడును. అన్ని రకాల సర్జరీలు, 24/7 ఎమర్జెన్సీ ఆపరేషన్లు చేయబడును. సెంట్రల్ ఆక్సిజన్ మరియు వెంటిలేటర్ సౌకర్యం ఉందని తెలిపారు. నిష్ణాతులైన వైద్యుల పర్యవేక్షణలో వైద్య సేవలు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంచామన్నారు. తీర ప్రాంత ప్రజలకు అతి తక్కువ ఖర్చుతో వైద్యం అందించడం హర్షిణి హాస్పిటల్ యొక్క ప్రత్యేకత అని డాక్టర్ రాజశేఖర్ తెలిపారు.ప్రజలు వైద్యసేవలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆయన కోరారు. పేదలకు మెరుగైన వైద్యవలు అందించేందుకు తాము కృషి చేస్తున్నట్లు డాక్టర్ రాజశేఖర్ తెలిపారు.

మూర్ఛ వ్యాధి అవగాహన జాగ్రత్తలు

మెదడు శరీరంపై సర్వాధికారాలు కలిగి ఉంటుంది. శరీరంలోని ఏ అవయవాలు ఎప్పుడు ఎలా పని చేయాలో నిర్దేశిస్తూ ఉంటుంది. మూర్ఛవ్యాధి మెదడుకు సంబంధించిన జబ్బు అని తెలుసుకోవాలి. మూర్ఛ రావడానికి అనేక కారణాలున్నాయి. 70 శాతం మూర్ఛ రోగుల్లో ఫలానా కారణం అని తెలియకపోవచ్చు. వంశపారంపర్యంగా మూర్ఛ వచ్చే వారికి సాధారణంగా 20 ఏళ్లలోపే ఫిట్స్ వస్తాయి. ఇలా నూటికి ఇద్దరు ముగ్గురికే మూర్ఛ వంశపారంపర్యంగా సంక్రమిస్తుంది. మిగతా వారిలో అనేక కారణాలవల్ల మూర్ఛ రోగం సంప్రాప్తమవుతూ ఉంటుంది. పసిపిల్లలకు మూర్ఛవ్యాధి వస్తే అది కష్టమైన కాన్పు వల్లగాని, ఏదైనా అంటువ్యాధి ప్రభావం వల్లగాని, శిశువు శరీరంలో గ్లూకోజ్, కాల్షియం శాతం బాగా తగ్గిపోవడం వల్ల కానీ కావచ్చు. చిన్నపిల్లల్లో మెదడు వాపు వ్యాధి, మెదడుకు చీము పట్టడం, మెదడుకు సంబంధించిన క్షయ లాంటి జబ్బుల చిన్నతనంలో రావడం, దెబ్బతగడం వల్ల మెదడుకు గాయం కావడం మూలంగా ఈ వ్యాధి రావచ్చు. 20 ఏళ్ల దాటాక ఫిట్స్ మొదటిసారిగా కనిపిస్తే అందుకు సరైన కారణం తెసులుకోవాలంటే పూర్తిగా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఇవి రెండు రకాలుగా ఉంటాయి. 1. పాక్షికమైన మూర్ఛ, 2. సాధారణ మూర్ఛ. ఇందులో రెండు తెగలుంటాయి. ఒకదానికి కారణాలు తెలుసుకోవచ్చు. రెండోది సర్వసాధారణమైన మూర్ఛకు కారణాలు తెలుసుకోవడానికి వీలుకాకపోవచ్చు.

మూర్ఛ రోగ నిర్ధారణకు పరీక్షలు

ఇఇజి, సిటీ స్కానింగ్, మెదడుపై ఎంఆర్ఐ పరీక్ష, వీడియో ఇఇజి అవసరమైన సమయాల్లో కింది నియమాలు పాటించాలి. ఫిట్స్ వచ్చివారు చేతులు కొట్టుకొంటూ ఉంటే గట్టిగా పట్టుకోకూడదు. కాళ్లు, చేతులు ఫిట్స్ వల్ల బాగా కదులుతున్నప్పుడు గట్టిగా పట్టుకుంటే ఎముక విరగవచ్చు, కీళ్లు బెణకవచ్చు లేక తొలగనూవచ్చు. నాలుకను కొరుక్కోకుండా ఒక గుడ్డను లేక మృదువైన వస్తువును బాగా మడిచి పళ్ల మధ్య పెట్టాలి. గాలి సరిగా ఆడడానికి మెదడు కాస్త వెనుకకు పట్టి ఉంచాలి. నోటిలోని నురుగు ఊపిరి తిత్తుల్లోకి పోకుండా కారిపోవడానికి రోగిని బయటకు ఒక పక్కకు పడుకోబెట్టాలి. బిగు తుగా ఉన్న దుస్తులను సడలించి, రోగిని అనవసరంగా కదపకుండా విరామంగా ఉంచాలి. కళ్లజోడు, నోటిలో నకలు దంతాలు ఉంటే వాటిని తీసివేయాలి. ఫిట్స్ తగ్గాక రోగి నిద్రపోతే నిద్రపోనివ్వాలి. నిద్రలేపడానికి ప్రయత్నించకూడదు. రోగి చుట్టూ జనం గుమికూడకూడదు. అతనికి బాగా గాలి తగిలేలా చూడాలి. అరచేతిలో తాళాలు పెట్టడం, అతనిపై నీళ్లు పోయడం వంటివి చేయకూడదు. అతనికి పూర్తిగా స్పృహ వచ్చేదాకా తినడానికి, తాగడానికి ఏమీ ఇవ్వకూడదు. రోగికి దెబ్బలు తగిలినా, పదేపదే ఫిట్స్ వచ్చినా, శ్వాస పీల్చడం కష్టంగా ఉన్నా, 10-15 నిమిషాలు దాటినా స్పృహ రాకపోయినా వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి.

మూర్ఛవ్యాధి - పది సూత్రాలు

1.మూర్ఛ వ్యాధిని చాలా వరకు పూర్తిగా నయం చేయవచ్చు.
2. అంటురోగం కాదు. మానసిక వ్యాధి కాదు.
3. మీ కళ్లెదుట ఎవరికైనా మూర్ఛవస్తే వారి పరిస్థితిని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించండి. పరిస్థితికి సంబంధించి సరైన వివరాలు తెలిస్తేనే సరైన సహాయం చేయగలం.
4. త్వరితగతిన చికిత్స ప్రారంభించాలి.
5. మందులను నిత్యం తీసుకోవాలి.
6. ఈ మందులు ఆఖరిసారిగా మూర్ఛ వచ్చినప్పటి నుంచి కనీసం రెండు నుంచి ఐదేళ్ల వాడాల్సి ఉంటుంది.
7. క్రమబద్ధమైన నిద్ర అవసరం.
8. ఈ వ్యాధిగ్రస్తులు చదవవచ్చు, ఉద్యోగం చేయవచ్చు, జీవితం సంతోషంగా గడపవచ్చు.
9. ఈ వ్యాధిగ్రస్తులైన స్త్రీలు పెళ్లి చేసుకోవచ్చు.
10. ఈ రోగాన్ని ఉబ్బసం, తలనొప్పి, మధు మేహం లాంటి సమస్యగానే భావించండి.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలతో...

GVR అల్ట్రా కేర్ మల్టీ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్

రవి పార్శిల్ ప్రక్కన, చీరాల

డాక్టర్ బల్లమూడి పేరయ్య చౌదరి గారు
గుండె వైద్య నిపుణలు, MD,DM,(Cardiology, NIMS)
ప్రతి బుధవారం అందుబాటులో ఉండును.

24/7 Emergency Services

డాక్టర్ పల్లె ప్రదీప్ రతన్ గారు
MBBS, Experienced in Emergency & Critical care
Reg. ID : 8/993

- వెంటిలేటర్ సదుపాయం కలదు
- 24గం॥లు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించబడును
- 24 గం॥లు మందులు మరియు ల్యాబ్ సౌకర్యం కలదు
- 24గం॥లు జనరల్ & ఎమర్జెన్సీ కేసులు అన్ని వేళలా చూడబడును
- 24 గం॥లు అందుబాటులో అంబులెన్స్ సదుపాయం కలదు

మా హాస్పిటల్ వద్ద షుగర్, బి.పి, థైరాయిడ్, దగ్గు, నెమ్ము, ఆయాసం, అన్నిరకముల జ్వరములకు, కీళ్ళ నొప్పులు గుండెసంబదిత వ్యాదులు మొదలగు ఆరోగ్య సమస్యలకు చికిత్స అందించబడును, కోవిడ్ కేసులకు ప్రత్యేక చికిత్స కలదు.

అపాయింట్‌మెంట్ కొరకు : 77679 56789, 7993041789

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

శ్రీ బాలాజీ మల్టీ స్పెషాలిటీ హాస్పటల్

24/7 EMERGENCY SERVICE

చర్చి కాంపౌండ్ వెనుక లైను, చీరాల, Cell : 78425 12612

24 గంటలు అత్యాధునిక ICU, ఆపరేషన్ థియేటర్, వెంటిలేటర్, డిజిటల్ ఎక్స్‌రే, ల్యాబ్ మరియు ఫార్మశి సౌకర్యం కలదు

24 గం॥లు అన్ని ఎమర్జెన్సీ కేసులు చూడబడును.

24 గం॥లు అంబులెన్స్ సౌకర్యం కలదు

అన్ని రకముల జనరల్ & లాప్రోస్కోపిక్ ఆపరేషన్‌లు చేయబడును

మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ :
గంగు బాలాజీ, B.A.
83092 79991
98497 42554

దుర్గ న్యూరో & జనరల్ కేర్

10-14-101 రాజ్యలక్ష్మి థియేటర్ ప్రక్క సందులో వై.ఎస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ ఆఫీస్ ఎదురుగా, రేపల్లె
సెల్ : 9491335659

సేవకు ప్రతిరూపం..
వైద్యులు.... పవిత్రమైన
వైద్య వృత్తిలో ఉండి. ఎంతోమంది
పేదలకు వైద్యం అందిస్తూ...
ప్రాణాలను సైతం పణంగా పెట్టి
రోగులకు ప్రాణవాయువు అందిస్తున్న
ఎంతోమంది వైద్యులకు
నా హృదయపూర్వక
డాక్టర్స్ డే
శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ...

Happy Doctor's Day

డా. డి.దుర్గహరిప్రసాద్ గారు
MBBS, MD(Genaral Medicine),DM(Neurology)
జనరల్ ఫిజిషియన్, మెదడు, నరములు మరియు వెన్నెముక వైద్యనిపుణలు

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలతో...

శ్రీ మాల్యాద్రి చెవి, ముక్కు, గొంతు హాస్పటల్

SRI MALYADRI ENT HOPSITAL

శాంతి థియేటర్ రోడ్, టివియస్ షోరూం ఎదురు, చీరాల, 91770 37009

Dr. D. Ravindra
M.B.B.S., D.L.O.,D.N.B,(ENT)
Ear, Nose, Throat & Endoscopic Surgeon

డా.డి.రవీంద్ర
M.B.B.S., D.L.O.,D.N.B,(ENT)
చెవి, ముక్కు గొంతు మరియు ఎండోస్కోపి శస్త్రచికిత్స నిపుణులు

Specialist in :
MICRO EAR SURGERIES, HEARING PROBLEMS
MICRO DEBRIDER NOSE SURGERIES
TONSILS, ADENOIDS,VOICE PROBLEMS
THYROID,NECK PROBLEMS

మా హాస్పటల్ నందు అందించు వైద్యసేవలు
- చెవినొప్పి, చెవిలో చీముకారుట, చెవి వినపడక పోవటం
- ముక్కులో కండలు (POLYPS), ముక్కు వంకర.
- సైనసైటీస్, తలనొప్పి, అలర్జీ.
- గొంతునొప్పి, గొంతులో గడ్డలు.
- గురక, స్వరపేటిక మీద గడ్డలు.
- చెవి, ముక్కులో ఇరుక్కున్న వస్తువులు, ఎముకలు, నాణేలు, కీటకాలు, చేపముల్లులు తీయబడును.

అత్యాధునికమైన పరికరముల ద్వారా చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధుల నిర్ధారణ, ఆపరేషన్స్ చేయబడును

మరియు హాస్పటల్ సిబ్బంది

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలతో ...

శ్రీ సాయి శ్రీజ హాస్పటల్ మెటర్నిటి & జనరల్

నాగార్జున కంటి ఆసుపత్రి వెనుక, 22-12-25/3,
ఉడ్‌నగర్ గవర్నమెంట్ హాస్పటల్ రోడ్, చీరాల సెల్: 8885633907, 08594 238018

ఆల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ మరియు అత్యాధునిక పరికరములతో ఆపరేషన్ థియేటర్ సౌకర్యం కలదు.
ఆధునిక క్లినికల్ ల్యాబ్ (రక్త పరీక్షలు) సౌకర్యం కలదు.

డా॥ జి.వి.పున్నారావు, M.B.B.S., D.L.O, D.Diab.,
ఫిజిషియన్ & సర్జన్

డా॥ జి.రాధిక, M.B.B.S., D.N.B. (Ob&Gy)
గర్భిణి వ్యాధుల మరియు సంతాన సాఫల్య నిపుణులు

సాధారణ వ్యాధులు : జ్వరము, వాంతులు, విరోచనములు, కడుపులో మంట, పసికర్లు, రక్తహీనత, మోకాళ్ళ నొప్పులు, నడుమునొప్పి
చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధులు :
సైను సైటిస్, చెవిలో చీము, వినికిడి లోపము, గొంతునొప్పి ట్యాన్సిల్స్, జలుపు, దగ్గు, ఊపిరితిత్తులలో నెమ్ము, ఆయాసం, అలర్జి
దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు : షుగరు (చెక్కరవ్యాధి), బి.పి, గుండె వ్యాధులు.
ఎలక్టీవ్ ఆపరేషన్లు, మూత్రసమస్యలు, అపెండిసైటిస్, హెర్నియా, కణితలు, హైడ్రోసెల్, ఫైల్స్, ఫిస్టులా, మైనర్ ఫ్యాక్టర్స్ మొదలగు వ్యాధులకు చికిత్స చేయబడును.

లాప్రోస్కోపి ఆపరేషన్లు : డయోగ్నోస్టిక్ లాప్రోస్కోపిక్, ట్యూబెక్టమి, PCOD DRILLING లాప్రోస్కోపి హిస్టెక్టమి లాప్రోస్కాపి హెపడెక్టమి స్త్రీలకు కాన్పులు, సిజేరియన్, గర్భసంచి మరియు కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషన్లు, పిల్లలు లేనివారికి Infertility Treatment సౌకర్యం కలదు.

Happy Doctor's Day

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలతో...

నాగార్జున నర్సింగ్ హోమ్ - రేపల్లె

☎ 08648 - 223223   రైల్‌పేట రేపల్లె, బాపట్ల జిల్లా - 522265

డా॥ వల్లభనేని కృష్ణ చైతన్య
M.S (General & Laparoscopic Surgeon)

డా॥ కుడితిపూడి రాజేశ్వరరావు
M.B.B.S.

- అన్ని రకముల మేజర్, మైనర్ ఆపరేషన్లు ల్యాప్‌రోస్కోపిక్ & కోత పద్ధతిలో చేయబడును.
- పిత్తాశయంలో రాళ్ళు, అపెండిసైటిస్, గర్భాశయ శస్త్ర చికిత్స, అండాశయంలో గడ్డలకు ఆపరేషన్లు చేయబడును.
- గజ్జలో హెర్నియా, బొడ్డు హెర్నియా ఆపరేషన్ల ల్యాప్‌రోస్కోపిక్ & కోత పద్దతిలో చేయబడును.
- నార్మల్ డెలివరి & LSCS ఆపరేషన్ల పద్దతిలో డెలివరి చేయబడును.

అన్ని రకముల కంపెనీల ఇన్సూరెన్స్ సౌకర్యం కలదు

ALL TYPES OF CASHLESS AND HEALTH INSURANCE FACILITY AVAILABLE

ENDOSCOPY & SIGMOIDOSCOPY | LAPAROSCOPIC SURGERY | Lap Cholecystectomy / (కోలిసిస్టెక్టమీ) | Lap Incisinal Hernia / (కోత హెర్నియా) | Lap Hysterectomy / (గర్భాశయ శస్త్ర చికిత్స) | Lap Umbilical Hernia / (బొడ్డు హెర్నియా)

ఇప్పుడు మామూలు ఆపరేషన్స్‌తో పాటు ల్యాప్‌రోస్కోప్ ఆపరేషన్స్ కూడా చేయబడును

ప్రజల చెంతకే వైద్యసేవలు

బాపట్ల జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి విజయమ్మ

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల

ప్రభుత్వ వైద్యాన్ని ప్రజలకు మరింత చేరువ చేసి అందరికీ ఆరోగ్యం అనే లక్ష్యంతో 104 వాహనం ద్వారా జిల్లాలో ఆరోగ్య సేవలను మరింతగా విస్తరిస్తున్నామని జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి ఎస్ విజయమ్మ తెలిపారు. జూలై 1న జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం సందర్భంగా ఆమె ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. జిల్లాలో ప్రతి సచివాలయం పరిధిలో ప్రజలకు వైద్యం అందించేందుకు ఫ్యామిలీ డాక్టర్ ప్రోగ్రాం ద్వారా నెలలో రెండు రోజులపాటు 104 వాహనం ద్వారా అనుభవజ్ఞులైన వైద్యులచే ప్రజలకు వైద్య సేవ అందిస్తున్నామన్నారు. జిల్లాలో మొత్తంగా 104 వాహనాలు 32 పనిచేస్తున్నాయన్నారు. ఆ వాహనంలో వైద్యులు ఒకరు ఉంటారు. ప్రస్తుతం ప్రజలను పట్టిపీడిస్తున్న మధుమేహం, రక్తపోటు, క్యాన్సర్ వంటి రుగ్మతలతో పాటు కదల లేని స్థితిలో అనారోగ్యం పాలై మంచానికే పరిమితమై ఉన్న రోగులకు ఇంటివద్దే వైద్య సేవలు అందిస్తారు. అంగన్‌వాడీల ద్వారా గర్భిణులు, బాలింతలకు పౌష్టికాహారాన్ని వారి ఇళ్ల వద్దకే వెళ్లి అందజేసే ఏర్పాట్లు చేశామన్నారు. జిల్లాలో 43 ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలు, 12 అర్బన్ హెల్త్ సెంటర్లతోపాటు మరో 12 కమ్యూనిటీ హెల్త్ సెంటర్లు, బాపట్ల, చీరాలలో ఏరియా వైద్యశాలలు ఉన్నాయి. వీటి ద్వారా ప్రతినిత్యం ప్రజలకు అనేక వైద్యసేవలు అందుతున్నాయన్నారు. సచివాలయాల్లో ఏర్పాటు చేసిన హెల్త్ వెల్నెస్ సెంటర్ల ద్వారా అనుభవజ్ఞులైన వైద్యుల సలహాలు తీసుకొని అవసరమైన వైద్యాన్ని అందించేందుకు టెలీ కన్సల్టెన్సీ విధానాన్ని అమలు చేస్తున్నామన్నారు. ఈ టెలి కన్సల్టెన్సీ హబ్ కాల్ సెంటర్లు గుంటూరు, తెనాలి, ఒంగోలు ప్రాంతాల్లో విస్తత సేవలు అందిస్తున్నాయని అన్నారు. ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న ఆరోగ్య సమస్యలపై ఆయా రోగాలకు సంబంధించి టెలీ కన్సల్టెన్సీ ద్వారా వైద్య సేవలు అందిస్తారు. అదేవిధంగా జిల్లాలో కుష్టు వ్యాధిని సమూలంగా రూపుమాపేందుకు డిటెక్షన్ క్యాంపెయిన్ నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. జూన్ 26 నుంచి జూలై 16 వరకు ఈ కుష్టు వ్యాధి నిర్మూలన సర్వే జరుగుతుంది. గతేడాది జిల్లాలో గుర్తించిన 26 కుష్టు వ్యాధి కేసులకు వైద్యం అందిస్తున్నామన్నారు. అదేవిధంగా జిల్లాలో స్థాయి కుష్టు వ్యాధి సర్వే జరుగుతోంది. వ్యాధి లక్షణాలు ఉన్నవారికి ఇంటి దగ్గరే వైద్య సిబ్బంది పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. జిల్లాలో మాతృ మరణాలు సమూలంగా రూపుమాపేందుకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకున్నామన్నారు. గత ఆరునెలల కాలంలో ఒక్క మాతృ మరణం మాత్రమే నమోదయిందన్నారు. సుఖ ప్రసవం అయ్యే విధంగా గర్భిణులకు ప్రత్యేక ముందస్తు వైద్యం అందిస్తున్నామని అన్నారు. తప్పని పరిస్థితుల్లో హైరిస్క్ డెలివరీని గుర్తించి మెరుగైన వైద్యానికి ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్లేందుకు 108 వాహనం అందుబాటులో లేకపోతే, ప్రైవేటు వాహనాలకు వైద్య ఆరోగ్య శాఖ ఖర్చులు భరిస్తుందని తెలిపారు. మలేరియా, డెంగీ, టైఫాయిడ్ వంటి సంక్రమిత వ్యాధులపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించేందుకు ప్రత్యేక ర్యాలీలు, సమావేశాలు నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థల సహకారంతో ఉచిత కంటి వైద్య, ఆరోగ్య శిబిరాలు, ఆరోగ్య అవగాహన సదస్సులు నిర్వహిస్తున్నమన్నారు. ప్రధానంగా గ్రామీణ మహిళలకు ఎదురయ్యే ఆరోగ్య సమస్యలను గుర్తించి వారికి వైద్యం పట్ల అవగాహన కల్పించేందుకు ఆశా వర్కర్లు క్షేత్రస్థాయిలో నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నారన్నారు.

క్షయరోగుల పౌష్టికాహారానికి నెలకు రూ.700

క్షయరోగులకు పౌష్టికాహారం అందించేందుకు క్షయ ముక్తిభారత్ పథకం ద్వారా నిరుపేద క్షయరోగులకు బలవర్ధకమైన ఆహారం అందించేందుకు నెలకు రూ.700 నగదును అందజేస్తున్నామన్నారు. శస్త్ర చికిత్సల ద్వారా కాన్పులను దాదాపుగా నివారించి సాధారణ కాన్పులకే ప్రాధాన్యతనిస్తున్నామన్నారు. ప్రభుత్వ వైద్యశాలలతో పాటు ప్రైవేటు వైద్యశాలల్లో వైద్యం చేయించుకునే రోగుల వివరాలను సేకరించి ఆయా జబ్బుల తీవ్రతను తీసుకొని ప్రత్యేక ఆరోగ్య విభాగం ద్వారా పరిశీలిస్తున్నామన్నారు. ఎలక్ట్రానిక్ హెల్త్ కార్డు ద్వారా ఆయుష్మాన్ భారత్ పోర్టల్ ద్వారా ప్రజలకు ఎక్కడైనా వైద్య సేవలు అందించే విధానం అమలౌతోంది. ప్రజలు ప్రభుత్వం అందించే వైద్య సేవలను సద్వినియోగం చేసుకొని ఆహార నియమాలు పాటిస్తూ దృఢవంతమైన ఆరోగ్యంతో అనారోగ్యానికి దూరంగా ఉండాలని అన్నారు. జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లాలో వైద్యులకు వైద్య సిబ్బందికి విజయమ్మ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ముందస్తు వైద్య పరీక్షలతో

మెరుగైన ఆరోగ్యం

ఎండోక్రైనాలసి మెటబోలిజం వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ బి.శరత్ బోస్

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల

మారుతున్న కాలమాన పరిస్థితుల దృష్ట్యా ప్రజలు ముందస్తు వైద్య పరీక్షల ద్వారా తెలుసుకొని అనారోగ్య సమస్యలను అధిగమించాలని బాపట్లకు చెందిన ప్రముఖ వైద్యులు ఎండోక్రైనాలజీ మెటబోలిజం వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ బి శరత్ బోస్ వివరించారు. జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం సందర్భంగా వైద్య సేవలపై ప్రజలకు వివరించే క్రమంలో ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో వయసుతో సంబంధం లేకుండా మధుమేహం (షుగర్ వ్యాధి) థైరాయిడ్ జబ్బులతో పాటు లైంగిక సమస్యలతో అధిక శాతం ప్రజలు సతమతమవుతున్నారు. ప్రధానంగా ఎండోక్రైనాలజీ హార్మోన్లు మానవ శరీరంలో రకరకాల గ్రంథులు స్రవించే రసాయన పదార్థాలు శరీరంలో వివిధ భాగాలను మెదడుకు అనుసంధానం చేస్తాయి. మెదడు నుంచి శరీర భాగాలకు, శరీర భాగాల నుంచి మెదడుకు సమాచారాన్ని అందజేయడంలో ఈ హార్మోన్లు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. థైరాయిడ్ గ్రంథి తక్కువ హార్మోన్ స్రవించడంతో శరీర భాగం పెరిగే అవకాశం ఉంది. దీంతో థైరాయిడ్ సమస్య శరీరంలో ఏర్పడుతుంది. దీన్ని ఔషధాలతో, శస్త్ర చికిత్సతో నియంత్రించ వచ్చున్నారు. ప్రధానంగా షుగర్ వ్యాధి ప్రపంచాన్ని పట్టిపీడిస్తోంది. దేశంలో చాలా వేగంగా ప్రబలుతున్న వ్యాధి ఇది. 2019 లెక్కల ప్రకారం భారతదేశంలో ఏడు కోట్ల ఏడు లక్షల మంది ఈ జబ్బుతో బాధపడుతున్నట్లు గణాంకాలు చెబుతున్నాయన్నారు. జీవన విధానంలో వచ్చిన మార్పుల వల్లే షుగర్ వ్యాధి ప్రబలుతుందన్నారు. ఐదారు దశాబ్దాలకు పూర్వం అధిక భాగం ప్రజలు వ్యవసాయంపై ఆధారపడి జీవనం సాగించేవారు. వ్యవసాయ క్షేత్రాల్లో పండించిన జొన్నలు, సజ్జలు, రాగులు వంటి సిరి ధాన్యాలు ఆహారంగా తీసుకొని రోజంతా శ్రమించి శరీర దారుఢ్యంతో

పాటు ఆరోగ్యంగా ఉండేవారు. గత 40 ఏళ్లలో వ్యవసాయంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకున్నాయి. వ్యవసాయ దిగుబడులు పెరిగాయి. షుగర్ అధికంగా ఉండే వరి ధాన్యం ఉత్పత్తి అవుతోంది. వాటిని ఆహారంగా తీసుకోవడంతో షుగర్‌కు అడ్డుకట్ట వేయలేకపోతున్నారనేది వైద్య విజ్ఞానం చెబుతోంది. దీనికి తోడు వ్యవసాయ ఆధారిత కుటుంబాల సంఖ్య గణనీయంగా తగ్గిపోయింది. పిల్లల చదువుల కోసం పల్లె వాసులు పట్టణాల బాట పట్టారు. శారీరక శ్రమ కొరవడింది. ఆహారంలో ఐస్ క్రీములు, స్వీట్లు, కేకులు, బిర్యానీలు, అధిక మోతాదులో తీసుకోవడంతో శరీరంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. జీవితాన్ని అనుభవించాలి. శరీరాన్ని కష్టపెట్టకూడదు. అనే మనోభావాలకు అలవాటు పడడంతో శరీర బరువు పెరిగిపోతోంది. దీంతో మెటబాలిజంలో మార్పులు చోటుచేసుకుని షుగర్ వంటి జబ్బులు తక్కువ వయసులోనే సంక్రమిస్తున్నాయి. షుగర్ వ్యాధిని గుర్తించేందుకు జిటి వంటి టెస్టులు ఉన్నాయి. షుగర్ వ్యాధిని నియంత్రించేందుకు శారీరక శ్రమ జీవన విధానం అలవర్చుకోవాలి. ఆలోచన విధానంలో మార్పు రావాలి. జీవనంలో యాంత్రికత మీద ఆధారపడటం తగ్గించుకోవాలని అన్నారు. షుగర్ నియంత్రణకు ఔషధాల పాత్ర స్వల్పమేనన్నారు. జీవనశైలిని మార్చుకొని బరువు తగ్గితే షుగర్ నియంత్రణకు మందుల వాడకం అవసరం ఉండకపోవచ్చు అన్నారు. మహిళల్లో ఈ హార్మోన్ల సమస్యతో ఎముకలకు సంబంధించిన ఇబ్బందులు, నెలసరి ఆగిన తర్వాత ఎముకలు గుల్లబారడం వంటి రుగ్మతలు మొదలవుతాయి. స్త్రీలలో 50 ఏళ్ల వయసు రాగానే ఒకసారిగా డెన్సిటోమెట్రీ అనే పరీక్ష చేయించుకుని వైద్యుల సలహా మేరకు అవసరమైన ఆహారం మందులు తీసుకోవాలన్నారు. ప్రతి రోజూ క్రమం తప్పకుండా వ్యాయం చేయాలి.

కొవ్వు పదార్థాల మోతాదు తగ్గించాలి

ప్రధానంగా కొవ్వు పదార్థాలు కలిగి ఉండే ఆహారాన్ని తక్కువ మోతదులో తీసుకోవాలి. నెయ్యి, నూనె, వెన్న, తీపి పదార్థాలు, పాలిష్ పట్టిన తెల్లబియ్యం అన్నం తినేవారు తేలికగా లావెక్కుతారు. దీనికి తోడు శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, కదలకుండా కూర్చోవడం లేక పడుకోవడంతో ఈ సమస్య మరింత పెరుగుతోంది. దక్షిణ భారతంలో పాలిష్ పట్టిన బియ్యం అన్నం ఎక్కువగా తినడం, లేక బియ్యంతో చేసిన ఇతర ఆహార పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకోవడంతో ఈ ఊబకాయి సమస్య తలెత్తుతోంది. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ అధిక బరువును ఒక జబ్బుగా గుర్తించింది. 2017లో ప్రకటించిన లెక్కల ప్రకారం ఏడాదికి 40 లక్షలు మంది ప్రపంచవ్యాప్తంగా అధిక బరువు కారణంగా ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని తేల్చింది. అధిక బరువు ఊబకాయాన్ని గుర్తించడానికి వయసును బట్టి బరువు ప్రామాణికంగా అధిక బరువును నియంత్రించవచ్చని అన్నారు. శరీర బరువు పెరిగి ఊబకాయ స్థాయికి చేరితే వేరే జబ్బులకు దారి తీస్తుంది. గుండె జబ్బులు, పక్షవాతం, కిడ్నీలో రాళ్ళ, గాల్ బ్లాడర్‌లో రాళ్ల, కళ్ళు తిరగటం, కీళ్ల, కండరాల నొప్పులు, శ్వాశ తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు, రక్తంలో ఆక్సిజన్ శాతం తగ్గటం రకరకాల క్యాన్సర్లు బారినపడే అవకాశాలు ఉన్నాయి. మానసిక ఆందోళనకు గురికాకుండా ప్రశాంతంగా గడిపేందుకు ప్రయత్నించాలని డాక్టర్ శరత్ బోస్ తెలిపారు. .

నివారణోపాయాలు, వైద్య విధానం

మితాహారం తీసుకోవాలి. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, జీవన విధానంలో శరీరానికి నొప్పి తెలియనీయ కుండా బ్రతుకుదామనే మనస్తత్వానికి స్వస్తి చెప్పాలి. రుచికరమైన సంతుష్టకర భోజనం తినాలనుకోవడం తగ్గించుకోవాలి. మానసిక ఒత్తిడిని తట్టుకునేందుకు ప్రాణాయామం, యోగా బాగా ఉపయోగపడతాయి. మందుల విషయానికొస్తే అన్నిటికంటే జీవన విధానంలో మార్పులు చేసుకుని ఆహారంలో జొన్నలు, సజ్జలు, రాగులు, ఆరికెలు, సామలు, బార్లీ, అలసందలు, బఠానీలు, శనగలు, వేరుశనగలు, రకరకాల పప్పులు ఆహారంగా తీసుకోవాలి. ఆకుకూరలు, కూరగాయలు, పళ్లు అధికంగా తీసుకోవాలి. మజ్జిగ తీసుకోవాలి. తీపి పదార్థాలు, వేపుళ్ళ తగ్గించాలి. సమయపాలన పాటిస్తూ వ్యాయామం, నడక వంటి వాటితో సంపూర్ణ ఆరోగ్యంగా ప్రతి ఒక్కరూ జీవనం సాగించాలని అన్నారు. జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం సందర్భంగా డాక్టర్ శరత్ బోస్ ప్రజలకు ఆరోగ్య శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

కార్డియోవాస్కులర్ మెడిసిన్‌లో కొత్త చికిత్స వ్యూహాలు

కార్డియాక్ కేర్ గత దశాబ్దంలో గణనీయమైన పరివర్తనను సాధించింది. ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఏఐ) మరియు మెషిన్ లెర్నింగ్ (ఎంఎల్) ఒక ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తున్నందున, కార్డియాలజిస్టులు మరియు కార్డియాక్ సర్జన్లు కార్డియాక్ ట్రీట్‌మెంట్ మెకానిజమ్‌లలో అపూర్వమైన విప్లవాలను తీసుకువస్తున్నారు. ఈ సాంకేతిక పురోగతులు తీవ్రమైన అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న రోగులను ముందస్తుగా గుర్తించడం మరియు చికిత్స చేయడం ద్వారా ఫలితాలను మెరుగుపరుస్తాయి.

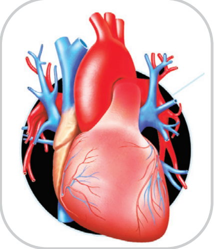
1) వ్యక్తిగతీకరించిన గుండె నమూనాలు:

యూనివర్శిటీ కాలేజ్ లండన్‌లోని శాస్త్రవేత్తలు గుండె లోపాలతో (పుట్టుకతో వచ్చే గుండె జబ్బులు) పుట్టిన పిల్లల ఎంఆర్ఐ స్కాన్‌ల నుండి ఇటువంటి 3డి ప్రింటెడ్ మోడల్‌లను అభివద్ధి చేశారు. ఈ నమూనాలు రోగులకు మరియు వారి కుటుంబాలకు గుండె పరిస్థితిపై అవగాహనను కూడా పెంచుతాయి. అదే బందం కంప్యూటర్ సిమ్యులేషన్‌లను రూపొందించడానికి, అటువంటి పిల్లలకు శస్త్రచికిత్సను ప్లాన్ చేయడానికి సర్జన్‌కు సహాయం చేయడానికి కూడా పని చేస్తోంది. ఇది వ్యక్తిగతీకరించబడింది. కార్డియాక్ కేర్‌లోని విధానం సర్జన్లు మరియు రోగులకు ఉత్తమమైన చికిత్సా విధానాలను నిర్ణయించడంలో సహాయపడుతుంది.

2) అమర్చగల గుండె-రిథమ్ మానిటర్లు:

చాలా మంది గుండె ఆగిపోయిన రోగులు, గుండె లయలో క్రమరాహిత్యాన్ని అనుభవించవచ్చు. ఇది చాలా నెమ్మదిగా, చాలా వేగంగా లేదా క్రమరహితంగా ఉండవచ్చు. ప్రస్తుతం మేము గుండె లయలో క్రమరాహిత్యాన్ని గుర్తించడానికి ఇసిజి రికార్డింగ్‌ని ఉపయోగిస్తున్నాము. ఇసిజి మీకు ఆ క్షణం యొక్క చిత్రాన్ని మాత్రమే అందించగలదు.పరిశోధకులు అమర్చగల కార్డియాక్ మానిటర్లు పై పని చేస్తున్నారు. ఇవి చాలా కాలం పాటు గుండె లయను రికార్డ్ చేయడానికి చర్మం కింద అమర్చగల చిన్న పరికరాలు.

3) కొలెస్ట్రాల్‌తో పోరాడే సూక్ష్మ పదార్థాలు:



రక్త నాళాలలో కొవ్వు నిల్వలు వివిధ హదయ సంబంధ వ్యాధులకు అత్యంత సాధారణ కారణాలలో ఒకటి అని మనందరికీ తెలుసు. స్టాటిన్లు సాధారణంగా రక్తం లో తక్కువ సాంద్రత రక్తంలో లిపోప్రొటీన్ (ఎల్‌డిఎల్) స్థాయిలను తగ్గించడానికి ఉపయోగించే మందులు కానీ అవి కండరాలు వంటి ఇతర కణజాలాలను ప్రభావితం చేయగలవు, కొంతమందికి స్టాటిన్స్‌ను తట్టుకోలేరు. శాస్త్రవేత్తలు సూక్ష్మ పదార్థాలపై పని చేస్తున్నారు. ఈ సూక్ష్మ పదార్థాలు కొలెస్ట్రాల్-తగ్గించే మందులను అవి ఎక్కువగా అవసరమైన ప్రదేశాలకు సరిగ్గా పంపిణీ చేయగలవు. సూక్ష్మ పదార్థాలు చిన్నవి, కానీ చాలా ఎక్కువ స్థిరత్వాన్ని కలిగి ఉంటాయి. మందులు నిర్దిష్ట సైట్‌లకు డెలివరీ చేయబడిన తర్వాత అవి స్వయంగా జీవఅధోకరణం చెందుతాయి.

4) గుండె పరిస్థితిని అర్థం చేసుకోవడానికి కత్రిమ మేధస్సు (ఏఐ) మరియు మెషిన్ లెర్నింగ్ (ఎంఎల్):

కృత్రిమ మేధస్సు అనేది అతి తక్కువ మానవ జోక్యంతో అవసరమయ్యే సంక్లిష్ట సమస్యలను పరిష్కరించడానికి ఉపయోగ పడే యంత్రం యొక్క సామర్థ్యత . సాంకేతిక పరిజ్ఞానం యొక్క పురోగతి పెద్ద మొత్తంలో డేటాను ఖచ్చితంగా మరియు శీఘ్రంగా విశ్లేషించడానికి యంత్రాలకు సాధ్యపడింది. ఈ అభ్యాసం రోగి డేటాలోని నిర్దిష్ట నమూనాలను గుర్తించడం ద్వారా నిర్ణయం తీసుకోవడం, ఖచ్చితమైన రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స ప్రణాళికను మెరుగుపరుస్తుంది. కార్డియోవాస్కులర్ వైద్యులు మరియు శాస్త్రవేత్తలు ఇప్పుడు మెరుగైన సంరక్షణ కోసం కత్రిమ మేధస్సును క్లినికల్ ప్రాక్టీస్‌తో మిళితం చేస్తున్నారు. ఉదాహరణకు గుండె సమస్యలను నివారించడం కోసం ఇసిజిలకు ఏఐని వర్తింపజేయడం ద్వారా గుండె పంపులో చిన్నపాటి అసాధారణతలను కూడా గుర్తించవచ్చు. చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే గుండె వైఫల్యానికి దారితీయవచ్చు.

- డాక్టర్ శ్రీధర్ చివుకుల
ఎండి (జనరల్ మెడిసిన్), డిఎం (కార్డియాలజీ),
ఉపాస్ సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్, ఒంగోలు

వైద్య వృత్తి..సేవా నిరతి

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

ఒకప్పుడు బి.సి.రాయ్ వంటి డాక్టర్లు మెండు. ప్రజల పక్షాన ఆలోచించే పంథా ఆనాడు వెల్లివిరిసింది. అందుకే, బి.సి.రాయ్ పుట్టిన తేదీ చనిపోయిన, తేదీ (రెండూ ఒకటే) అయిన జులై ఒకటిని మన జాతీయ డాక్టర్ల దినోత్సవంగా జరుపుకుంటున్నాం. ప్రతి డాక్టర్ తన డిగ్రీ పొందే సమయంలో తీసుకునే 'హిపోక్రటిక్ ఓత్'లో ప్రజోపయోగకర ఆచరణ సేవా దక్పథం, నైతిక విలువలు నొక్కి చెప్పడం జరుగుతుంది. ఆ డాక్టర్ యవ్వనోత్సాహంతో ఆ మాటలకు ఉత్తేజితులై, ప్రజాసేవ వైపు దష్టి సారిస్తారు. ఎంతో ఆదర్శప్రాయంగా నిలిచిన తమ గురువులని సదా గుర్తు చేసుకుంటారు. డాక్టర్ కొట్నీస్, డాక్టర్ నార్మన్ బెతూన్ల బాటలో నడవాలని ఉవ్విళ్లూరుతారు.

వంద మంది ఔట్‌పేషెంట్లు వున్నా ఎంతో ఓపిగ్గా అందరికీ సమాధానం చెప్పి తప్తిపరిచే డాక్టర్లు ప్రభుత్వాసుపత్రుల్లో కోకొల్లలు వుండేవారు. ఎనిమిదింటికి తమ డ్యూటీ ఆరంభమయితే, ఏడున్నరకే హాజరై, వార్డుల్లో పేషెంట్లని నవ్వుతూ పలకరించే డాక్టర్లని చూస్తే సగం జబ్బు మాయమైపోయేది. పురుగులు పట్టిన గాయాల్ని సైతం ఓర్పుగా డ్రెస్సింగ్ చేస్తూ, షుగర్ తగ్గించుకోకపోతే జరిగే అనర్థాలను చుట్టుపక్కల పేషెంట్లకు కూడా వివరిస్తూ, తన ఉనికినే ప్రజలకి ఒక అధ్యయన కేంద్రంగా మలిచేవారు. కాలిన గాయాలతో, జీవితేచ్ఛ నశించిపోయిన ఆడపిల్లలకి స్వాంతన పలుకుతూ, వారి గాయాలు మానేవరకు స్వయంగా ఉపశమన చర్యలు చేపడుతూ, వారి ఆత్మస్థైర్యాన్ని పెంచేవారు. గ్రామాల నుంచి వచ్చే నిరక్ష్యరాస్యులకి సైతం అర్థమయ్యేలా వారి జబ్బులని, వాటి కారణాలని, పర్యవసానాలని వివరించి, వారికి ఆశని కల్పించేవారు. ఏ వయసువారికైనా, ఎలాంటి జబ్బుకైనా మన 'పెద్దాసుపత్రి', అందులో నైపుణ్యం గల వైద్యులు వున్నారనే భరోసా ప్రజలకి వుండేది. ఆ విపరీతమైన గౌరవం వుండేది. ప్రేమ వుండేది.

అప్పట్లో మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు సైతం ప్రభుత్వాసుపత్రుల్లోనే చేరేవారు. అందరితో సమానంగా వైద్యం పొందేవారు. ఆ ఆసుపత్రులు అధ్యయన కేంద్రాలుగా ఎందరో

వైద్య విద్యార్థులని ఉన్నత ప్రమాణాలతో తీర్చి దిద్దాయి. అక్కడ పాఠాలు చెప్పిన వైద్యులు వారి ఆచరణ ద్వారా చిరస్మరణీయులుగా మిగిలారు.

అలనాడు బి.సి.రాయ్ లాగా చెప్పుకోదగిన డాక్టర్లు మన తెలుగు నాట కూడా ఎందరో వున్నారు. ఒక్క బొట్టు రక్తం వథా కాకుండా నిరుపేదలకి సైతం మెరుగైన శస్త్ర చికిత్స అందించిన సర్జన్లు, మిలిటరీలో పనిచేసి వచ్చి, అతి తక్కువ సమయంలో శస్త్రచికిత్స చేసి ప్రాణాలను కాపాడగల నేర్పుని ప్రదర్శించిన నిపుణులు, అవసరమైతే వార్డు బాయ్ పనిని కూడా చేయడానికి సిద్ధపడాలని బోధించిన గురువులు.. నిరుపేదలకి, సంపన్నులకి ఒకే తాటి మీద వైద్యం చేస్తూ, ఎంతో సమయస్ఫూర్తిని, నైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శించిన డాక్టర్లు.. పెళ్లి చేసుకుంటే గర్భిణీలకి అన్ని వేళ్లల్లో సేవలు అందించలేమనే భయంతో ఒంటరిగా మిగిలిపోయిన ఎందరో స్త్రీ వైద్య నిపుణులు, అంకిత భావంతో పనిచేసే పిల్లల డాక్టర్లు, క్షయ నివారణలో అంతర్జాతీయ స్థాయి గుర్తింపు పొందిన మేధావులు, అటు తర్వాత తరంలో కూడా గుండె జబ్బుల్ని, కిడ్నీ వ్యాధుల్ని, శ్వాసకోశ వ్యాధుల్ని, కాన్సర్ని, జీర్ణకోశ వ్యాధుల్ని నయం చేస్తూ ఎందరో సూపర్ స్పెషలిస్టులు ప్రభుత్వాసుపత్రుల్ని నైపుణ్య కేంద్రాలుగా తీర్చిదిద్దారు.

కానీ తరువాత కాలంలో పెనుమార్పులు సంభవించాయి. వైద్య రంగంలో పరిశోధన పెరిగింది. కొత్త మందుల్ని కనుగొన్నారు. ఎన్నో వైద్య పరికరాలు, పరిశోధనా విధానాలు, శస్త్ర చికిత్సలు మెరుగుపడ్డాయి. కొత్త పుంతలు తొక్కుతూ మన దేశంలో వైద్యం పరిఢవిల్లింది. కానీ అదే సమయంలో ప్రపంచీకరణ నేపథ్యంలో వచ్చిన మార్పుల్లో భాగంగా వైద్య రంగం సేవా రంగంగా కాక, ఆ అభివద్ధిని, ముందడుగుని వాడుకునే ఒక వ్యాపార కేంద్రంగా రూపుదిద్దుకునే దౌర్భాగ్యం మరింత అధికంగా చోటు చేసుకుంది.

అలా వైద్యం లాభాలు ఆర్జించి పెట్టే ఒక ఆరోగ్య పరిశ్రమగా మారిపోయింది. ఆసుపత్రుల్లో వైద్యులని చేరుకోవాలంటే హెచ్.ఆర్.లను, బిల్ కౌంటర్లను, ఇన్యూరెన్స్ డెస్క్‌ను ముందుగా సందర్శించుకోవాలి. ఒక పక్క ప్రజలకి అందుబాటులో వుండే ప్రభుత్వాసుపత్రులు వున్నా గానీ, మెరుగైన వైద్యం పేరుతో ఆధునీకరణ పేరుతో కార్పొరేట్ వైద్యం పురివిప్పింది. మన ప్రభుత్వాలు ఆరోగ్యం కోసం కేటాయించే బడ్జెట్ పెరగకపోగా క్షీణించిపోతుంటే, చాలామంది వైద్య నిపుణులు, వైద్య విద్యాబోధనని ఎంతో నేర్పుగా, ఉన్నత ప్రమాణాలతో అందించగల డాక్టర్లు సైతం అధిక జీతాల కోసం, ధనార్జన కోసం మెల్లగా కార్పొరేట్ వ్యయస్థలోకి లాగివేయబడ్డారు. ఆ ఆకర్షణ మలితరం విద్యార్థులని కూడా ప్రలోభపెట్టసాగింది. అలా వైద్యరంగంలో క్రమంగా సేవ స్థానంలో ధనం, పలుకుబడి, స్వార్థం చోటు చేసుకోసాగాయి.

దాని పర్యవసానంగా ఒకప్పటి ఫ్యామిలీ డాక్టర్లు కరువయ్యారు. దగ్గినా, తుమ్మినా, చిన్నచిన్న నలతకి సైతం స్పెషలిస్టుల దగ్గరికి పరుగెత్తడం పరిపాటయింది. కానీ కరోనా నేర్పిన గుణపాఠంతో వైద్యరంగం ఉలిక్కిపడింది. డెబ్బయ్యవ దశకంలో 'ఆల్మా ఆటా'లో ప్రకటించిన 'అందరికీ ఆరోగ్యం' అనే నిదానం మళ్లీ కరోనా తర్వాత ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ఎజెండా మీదకి వచ్చింది. ప్రాథమిక ఆరోగ్య సేవలు మెరుగుపడాలంటే ఫ్యామిలీ డాక్టర్ల వ్యవస్థ పెరుగుపడాలని, అప్పుడే ప్రాథమిక వైద్యం విస్తరిస్తుందని అది ప్రకటించింది.

ఆరోగ్య పరిరక్షణ, వ్యాధి నివారణ, వైద్య ఆరోగ్య సమస్యలపై ప్రజలకి అవగాహన కల్పించడం వంటి మౌలికమైన అంశాలపై నైపుణ్యం గల ఫ్యామిలీ డాక్టర్ల సేవలను వినియోగించుకోగలిగితే వైద్యం అంటే కేవలం డబ్బు సంపాదన మార్గం కాదని, అది ఒక సేవారంగమని మరోసారి రుజువవుతుంది. మెడికల్ కాలేజీల్లో ఈ అంశంపై అవగాహన కల్పించే నైతిక బోధన కూడా వుంటే, మరోసారి డాక్టర్లంటే ప్రాణాలు కాపాడే దేవుళ్లనే నమ్మకం ప్రబలుతుంది.

'మందులు జబ్బులని నయం చేస్తాయి కానీ డాక్టరు మాత్రమే రోగిని నయం చేస్తాడనే నానుడిని నిజం చేస్తూ డాక్టర్లు మరింత నిజాయితీగా సేవా దక్పథంతో పని చేయవలసి వుంది. అలాగే, 'ఒక డాక్టర్ మంచి చేయలేనప్పుడు, అతను చెడు చేయకుండా చూడాలి' అనే హిపోక్రటిస్ మాటల్ని కూడా గుర్తు పెట్టుకోవాలి. మందుల అవసరం రాకుండా ఎలా జీవించాలో నేర్పించమన్న హిపోక్రటిస్ మాటల్లో రోగ నివారణ అంశం ప్రస్ఫుటంగా కనిపిస్తుంది.

అందుకే ఈ 'డాక్టర్స్ డే' నాడు డాక్టర్లందరూ తాము నమ్మిన హిపోక్రటిస్ ఓత్ని మరోమారు గుర్తుచేసుకోవాలి. అలాగే తమకి నిస్వార్థంగా సేవలందించిన మంచి డాక్టర్లని పేషెంట్లు కూడా మరోమారు గుర్తు చేసుకోవాలి. 'కరోనా' వంటి మహమ్మార్లు ప్రబలుతున్న కాలంలో నిజమైన సైనికుల్లా పోరాడి ప్రాణాలు కాపాడడం కోసం తమ ప్రాణాలను పణంగా పెట్టిన డాక్టర్లని, ఇతర వైద్య సిబ్బందిని మరచిపోరాదు. సేవలు అందిస్తూ అసువులు బాసిన ఆ అమరులను మరువరాదు.

"నా కన్నీళ్లు ఉబికినప్పుడు నీ భుజాన్ని అందించావు.. నేను నొప్పితో గిలగిలలాడినప్పుడు నా మందువయ్యావు.. నేను ఎదుర్కొన్న విషాదంలో ఒక చిగురు ఆశవయ్యావు" అంటూ ఒక పేషెంట్ తన డాక్టర్ని కొనియాడడం నిజం.

'పగిలిన హృదయాలకు, తగిలిన గాయాలకు లేపనం మా డాక్టర్' అనే రోగుల ప్రశంసలకు డాక్టర్లు దూరం కాకూడదు.

ఈ 'డాక్టర్స్ డే నాడు వైద్యులందరూ తమ హిపోక్రటిక్ ఓత్' ని మననం చేసుకుంటూ సేవా దక్పథంతో పనిచేస్తూ, మరోసారి రోగుల హదయాలని దోచుకోగలిగితే, రోగ నివారణ దిశగా కషి చేస్తూ, వ్యాధుల భారాన్ని తగ్గించగలిగితే, ప్రభుత్వాలు వైద్య రంగానికి కేటాయింపులు పెంచి ప్రాథమిక ఆరోగ్య వ్యవస్థని పటిష్టపరచగలిగితే, నిజమైన ఫ్యామిలీ డాక్టర్ వ్యవస్థ పరిఢవిల్లితే, మన దేశంలో ప్రజల ఆరోగ్యం మెరుగుపడి, దిగజారిపోతున్న ప్రమాణాలు మరోసారి మెరుగుపడగలవు. వైద్యం కోసం ప్రజలు ఆర్థికంగా కుంగిపోవడాన్ని అలా నివారించగలం.

- డాక్టర్ నళిని

క్యూబాలో ఎప్పటి నుంచో డాక్టర్, నర్సు టీములు కుటుంబాల బాధ్యత తీసుకుంటూ, వారి అన్ని ఆరోగ్య అవసరాలను తీరుస్తున్నారు. కెనడా తదితర దేశాలు కూడా కొంతవరకు ఫ్యామిలీ డాక్టర్ వ్యవస్థని అమలు చేస్తున్నారు. సాధారణంగా ఎనభై శాతం వ్యాధులని నైపుణ్యం గల ఫ్యామిలీ డాక్టర్ స్పెషలిస్టులు నయం చేయగలరు. మిగిలిన ఇరవై శాతానికి ఇతర స్పెషలిస్టులు, సూపర్ స్పెషలిస్టులు అవసరం. కానీ మన దేశంలో ప్రస్తుతం ఆ ఎనభై శాతాన్ని నయం చేయగల వ్యవస్థ బలహీనంగా వుంది. అలానే వ్యాధి నివారణా వ్యవస్థ కూడా పటిష్టంగా లేదు. ఈ రెండు ప్రధాన రంగాల్లో ఎంతో మార్పు తేగల ఫ్యామిలీ డాక్టర్ల అవసరాన్ని మన ప్రభుత్వాలు కూడా గుర్తిస్తున్నాయి గానీ, వున్న వ్యవస్థకే 'ఫ్యామిలీ డాక్టర్' గా నామకరణం చేస్తూ పాత విధానాలనే కొనసాగిస్తున్నారు. ప్రతి సంవత్సరం ఎందరో ఫ్యామిలీ మెడిసిన్ నిపుణులు తయారవుతున్నారు. వారిని విస్మరించి యం.బి.బి.ఎస్. డాక్టర్లనే ఫ్యామిలీ డాక్టర్లుగా నియమిస్తున్నారు. అలా కాక, ఫ్యామిలీ మెడిసిన్ స్పెషలిస్టులని విరివిగా నియమిస్తే వైద్య ఆరోగ్య సేవల్లో గుణాత్మకమైన మార్పుని ఆశించవచ్చు. అలా నియమించి, ప్రాథమిక ఆరోగ్య స్థాయిని మెరుగుపరచవలసిన బాధ్యత ప్రభుత్వాలదే..

ప్రకృతిని ప్రేమిస్తే ప్రజారోగ్యానికి రక్ష

ప్రజా వైద్యులు డాక్టర్ శ్రీనివాస్

ప్రజాశక్తి-బాపట్ల

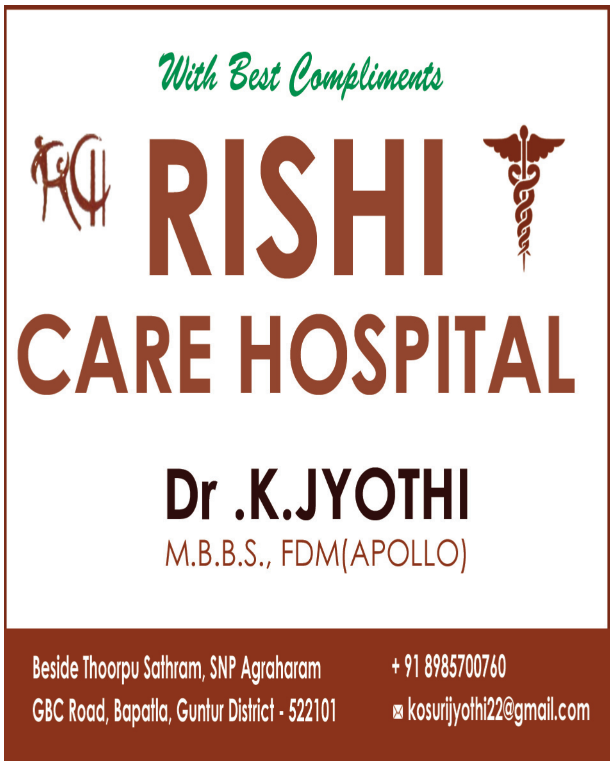
శతాబ్దాంతానికి అందరికీ ఆరోగ్యం అనే ప్రభుత్వ నినాదం నెరవేరే పరిస్థితి కనిపించడం లేదు. కొత్త శతాబ్దంలోనూ రెండు దశాబ్దాలు గడిచిపోయాయి. ప్రభుత్వాలు అందరికీ ఆరోగ్యం లక్ష్యాన్ని సాధించలేకపోయాయని ప్రముఖ ప్రజా వైద్యులు ఎస్ శ్రీనివాస్ తెలిపారు. జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రజాశక్తితో ఆయన మాట్లాడారు. అంతుచిక్కని కొత్త వ్యాధులు ప్రజారోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతున్నట్లు తెలిపారు. నేటి వైజ్ఞానిక మానవుడు అంతుచిక్కని అనారోగ్య సమస్యలతో బిక్కుమిక్కుమంటూ జీవనాన్ని కొనసాగిస్తున్నాడు. చంద్రమండల యాత్రను దిగ్విజయం చేసిన నేటి వైజ్ఞానిక కాలంలో గుండెకు బదులు మరో గుండెను అమర్చగల వైద్య పరిశోధక శాస్త్రం అభివృద్ధిపరిచిన ఈనాటి విజ్ఞాన మానవుడు ప్రకృతిలో పశు పక్షాదుల కన్నా దుర్భర అనారోగ్యంతో తల్లడిల్లుతున్నాడు. ప్రకృతి జీవన శైలికి దూరమైన నేటి నాగరిక మానవుడు ప్రకృతి ప్రసాదించిన సాంప్రదాయ ఆహారాన్ని తీసుకోవలసిన మానవజాతి కనువిందు చేసే సంకరజాతి ఆహారానికి అలవాటు పడి రుచులను కోరి రోగాల పాలై ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతోంది. ఆరోగ్య విజ్ఞానం నానాటికీ దిగజారుతోంది. మానవులు ప్రధానంగా చరిత్ర ఉనికిని మరిచి నైతిక మానవాళి విలువలు కోల్పోయి ప్రకృతికి దూరమై సుఖాన్వేషి అయిన మానవుడు ప్రాణా ధారమైన ప్రకృతి విధ్వంసానికి పాల్పడటం ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తోందని అనడంలో సందేహం లేదు. పెరిగిపోతున్న కాలుష్యాన్ని నివారించి ఆహార నియమాల పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించి ప్రజలు తమ ఆరోగ్యాన్ని తాము కాపాడుకోవాల్సిన ఆవశ్యకతను గుర్తించాలి. ప్రాథమిక దశలోనే వ్యాధిని గుర్తిస్తే ఆరోగ్యం మెరుగునకు సత్ఫలితాలొస్తాయి. ఆరోగ్యంగా ఉండి, కొద్దిపాటి అలసట, నలతగా ఉన్నప్పుడే నాడీ పరీక్షతో వేడి, వాతం, చలువ, దేహతత్వాలను గుర్తించి, ఆధునిక వైద్య పరీక్షల ద్వారా మనలో దాగియున్న ఆయా వ్యాధులను తొలిదశలోనే గుర్తించి వైద్య విధానాలతో చికిత్స చేయించుకోవాలి.

అతి తక్కువ ఖర్చుతో వైద్యం

డాక్టర్ ఎవి సుబ్బారావు, వైష్ణవి నర్సింగ్ హోం, రేపల్లె

ప్రజాశక్తి-రేపల్లె

రేపల్లెలో వైష్ణవి నర్సింగ్ హోంలో అత్యాధునిక వైద్య సౌకర్యాలతో గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలకు అత్యంత తక్కువ ఖర్చుతో మెరుగైన వైద్య సేవలందిస్తున్నట్లు ప్రముఖ వైద్యులు ఏవి సుబ్బారావు తెలిపారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. నిరుపేదలకు అత్యంత తక్కువ ఖర్చుతో వైద్యసేవలు అందించాలనే సేవా దక్పథంతో రెండున్నర దశాబ్దాల క్రితమే ఈ వైష్ణవి నర్సింగ్ హెూం స్థాపించామని చెప్పారు. వైద్య వృత్తిలో ఎంతో నిబద్ధత, నిజాయితీ, విశ్వసనీయతతో వైద్యం అందిస్తే రోగికి వైద్యునిపై నమ్మకం ఏర్పడుతుందని, ఆ నమ్మకమే అతని బాధను తొలగిస్తుందని అన్నారు. రోగికి వైద్యం చేశాక వైద్యులు ఒత్తిడికి లోనవుతుంటారని, అతని ఆరోగ్య పరిస్థితిపై ఎప్పటికప్పుడు వాకబు చేస్తూ ఉంటారని తెలిపారు. వైద్యవృత్తిలో పోటీతత్వం ఉండదని, ఒక వైద్యుని అనుభవం మరో వైద్యునికి నిఘంటువులా ఉంటుందని చెప్పారు. తమ వైద్యశాలలో ల్యాప్రోస్కోపీ సర్జరీ, అందుబాటులో ఉందని, దీని ద్వారా పొట్టలో కణుతులు, అండాశయంలో నీటి బుడగలు, తొలగించేందుకు అత్యాధునిక వైద్య సదుపాయాలు అందుబాటులోకి తెచ్చామని అన్నారు. ట్యూబెక్టమీ శస్త్రచికిత్సలు, గ్యాస్ట్రో స్కోపి పరీక్షలను తాము అత్యంత తక్కువ ఖర్చుతో చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. దూర ప్రాంతాల్లో కార్పొరేట్ వైద్యం కోసం వెళ్లి డబ్బులు నష్టపోవద్దని సూచించారు.



చక్కెర వ్యాధి - నివురుగప్పిన నిప్పు

డాక్టర్ యలగాల హనుమంతరావు, షుగర్‌వ్యాధి నిపుణులు, ప్రజావైద్యశాల, అద్దంకి

ప్రజాశక్తి- అద్దంకి

చక్కెర వ్యాధి - నివురుగప్పిన నిప్పు లాంటిదని డాక్టర్ యలగాల హనుమంతరావు తెలిపారు. డయాబెటిస్- మధుమేహ వ్యాధి- షుగర్ వ్యాధి- చెక్కర వ్యాధి ఇలా అనేక పేర్లతో పిలవబడే ఈ వ్యాధి ఉంది అని నిర్ధారించిన ప్రతి రోగితో పాటుగా మరో ఇద్దరు తమకీ ఆ వ్యాధి ఉన్నట్లు తెలియకుండానే ఆ వ్యాధితో సహజీవనం చేస్తున్నారని శాస్త్రవేత్తలు తేల్చి చెబుతున్నారంటే ఇంది ఎం ప్రమాదకారో తెలుస్తుందన్నారు. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ మన దేశాన్ని ప్రపంచంలో మధుమేహ వ్యాధి రాజధానిగా అభివర్ణించినట్లు తెలిపారు. అంటే ప్రపంచంలో అత్యధికంగడా షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు మన దేశంలోనే ఉన్నారన్నమాట.

వాధి విజృంభణ కారణాలు

ఇటీవల కాలంలో మన జీవన శైలిలో పెనుమార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. శారీరక శ్రమ తగ్గింది. మానసిక శ్రమ, ఒత్తిడి పెరిగింది. టెన్షన్.. టెన్షన్.. ప్రతి దానికి టెన్షన్ పడటం ఎక్కువైంది. ఆహారపు అలవాట్లు మారిపోయాయి. పోషక విలువల ప్రాధాన్యత కాకుండా రుచికి ప్రాముఖ్యత పెరిగింది. ఇంకా చెప్పాలంటే మొబైల్ మన జీవితంలో ఒక ప్రముఖ భాగమయ్యింది. ఇలాంటి పలు మార్పుల ప్రభావమే చక్కెర వ్యాధి విజృంభణ అని చెప్పవచ్చు.

షుగర్ వ్యాధి ఎలా వస్తుంది

మన దైనందిన జీవితానికి శక్తి కావాలి. మన శరీరం, మనస్సు పనిచేయాలంటే కొంత శక్తి ఖర్చు అవుతుంది. మనం తీసుకునే ఆహారం ద్వారా ఆ శక్తి తయారవుతుంది.

1. మనం తినే ఆహారం జీర్ణమైన తరువాత చక్కెర లేదా గ్లూకోజ్‌గా మార్పు చెందుతుంది.

2. శరీరంలో అన్ని కణాలకు ఈ గ్లూకోజ్ చేరితేనే వాటికి తద్వారా మనకు శక్తి వస్తుంది. కాబట్టి వివిధ కణాలను చేరేందుకు ఈ గ్లూకోజ్ రక్తప్రసరణలోనికి చేరుతుంది.

3. రక్తప్రసరణలోనికి చేరుకున్న గ్లూకోజ్ కణాలలోకి ప్రవేశించి శక్తిని ఇవ్వడానికి 'ఇన్సులిన్' అనే హార్మోన్ అవసరమవుతుంది. ఈ ఇన్సులిన్ జఠరరసం ఉత్పత్తిచేసే ప్యాన్‌క్రియాస్ అనే గ్రంధిలో ఉత్పత్తి కాబడుతుంది. ఈ ఇన్సులిన్ ఉంటేనే కణ ద్వారాలు తెరుచుకొని గ్లూకోజ్ కణంలోనికి వెళ్లే వీలవుతుంది. లేకపోతే లేదు. ఇన్సులిన్ కణ ద్వారాలను తెరిచే తాళం చెవి లాంటిదన్నమాట.

4. తగినంత ఇన్సులిన్ లేకపోతే గ్లూకోజ్ కణాలలోకి ప్రవేశించలేక రక్త ప్రసరణనోనే అధిక మొత్తం గ్లూకోజ్ ఉండిపోతుంది. ఇలా రక్తంలో చక్కెర ఎక్కువైతే చక్కెర వ్యాధి వస్తుంది.

5. పెద్ద మోతాదులో రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరిగిపోతూ శరీర కణాలు ఉపయోగించుకోలేని చక్కెర మూత్రంతో కలసి బయటకు వెళుతుంది.

6 కొంత కాలం గడిచాక అధిక స్థాయిలో ఉంటే చక్కెర అనే తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

షుగర్ వ్యాధి లక్షణాలు

టైప్ -1 డయాబెటీస్ : సాధారణంగా 15 సంవత్సరాలలోపు వారికి వస్తుంది. ఇది వచ్చిన వారు జీవితాంతం ఇన్సులిన్ తీసుకోక తప్పదు.

టైప్ -2 డయాబెటీస్ : 30 సంవత్సరాలు పైబడిన వారికి వస్తుంది. వీరికి మాత్రల రూపంలో వైద్యం చేయించు కోవచ్చు. కంట్రోల్ లేని వారికి మాత్రలతో పాటు, ఇన్సులిన్ కూడా ఇవ్వాల్సి రావచ్చు.

ఇతరాలు : ప్యాన్‌క్రియాస్ గ్రంధిలో రాళ్లున్నవారు, గర్భిణులకు, స్టిరాయిడ్ ఎక్కువకాలం వాడినవారికి ఈ వ్యాధి సంక్రమించవచ్చు.

వ్యాధి లక్షణాలు :

విపరీతమైన దాహం, ఎక్కువసార్లు మూత్ర విసర్జన, మసక మసకగా కనబడుట, ఎక్కువ ఆకలిగా ఉండటం, గాయాలు తేలికగా మానకపోవడం, నిస్సత్తువ, నీరసం, బరువునుకోల్పోవడం మొదలగునవి.

దుష్పరిణామాలు (కాంప్లికేషన్స్)

చక్కెర వ్యాధిని నియంత్రించడంలో లోపం జరిగితే అది శరీరంలోని అన్ని ముఖ్య అవయాలకు ఒక విషంలాగా పనిచేస్తుంది. తలనుండి పాదాల వరకు సమస్య ముఖ్య అవయాలకు శాశ్వతంగా కీడు చేస్తుంది.

డయాబెటిస్ కంట్రోల్ లేకుంటే :

మూత్రపిండాలు, కళ్లు, నరాలు, గుండె రక్తనాళాలు, పాదాలలో వచ్చే గాయాలు, దంతాలకు , పుట్టబోయే బిడ్డలకు హాని కలిగిసుంది.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోండిలా..

మనం రోజూ తీసుకునే ఆహార పదార్థాల్లో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే ఆహార పదార్థాలేంటి? వాటి ప్రయోజనాలేంటో తెలుసుకుందాం.

వెల్లుల్లి : వెల్లుల్లి అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లను కలిగి ఉంటుంది. జీర్ణాశయంలో ఏర్పడే పుండ్లు, క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే కణాలను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొంటుంది.

స్వీట్ పొటాటో : చిలకడదుంప, గెనిసి గడ్డ, రత్నపురి గడ్డగా పిలిచే దీంట్లో బీటా కెరోటిన్లు బాగా ఉంటాయి. విటమిన్ 'ఎ' దండిగా ఉంటుంది.

పెరుగు : రోజూ కప్పు పెరుగు తింటే జబ్బులతో పోరాడేందుకు రోగనిరోధకశక్తిని ప్రేరేపిస్తుంది.

పాలకూర : పాలకూరలో పీచు పదార్థం సమద్ధిగా లభిస్తుంది. అంతేకాకుండా విటమిన్ సి వంటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ కూడా లభిస్తాయి. ఇది శరీరంలో కొత్త కణాల ఉత్పత్తిలో పాలుపంచుకుంటుంది.